Med.
854

Staatl. Bibliothek
Regensburg

Med. 854

~~II. 140.~~ 1.

Med 854

SBR069027198184

Belehrungen für Mütter

denen
das Wohl ihrer Kinder
und
die Gesundheit ihres eigenen Körpers
am Herzen liegt.

Herausgegeben
vom
Dr. J. H. Sternberg.

Erstes Bändchen.

Ueber
die Ernährung der Kinder
in
den ersten beiden Lebensjahren.

Hamburg
bei B. G. Hoffmann
1802.

Ueber die Ernährung der Kinder in den ersten beiden Lebensjahren.

Zur Belehrung für Mütter denen das Wohl ihrer Kinder aufrichtig am Herzen liegt.

Herausgegeben vom

Dr. J. H. Sternberg.

Hamburg
bei B. G. Hoffmann
1802.

An

Frau Bürgermeisterinn, Doktorinn

Charlotte Siemens,

geborne Benzin,

und

deren würdige Tochter

verehlichte Frau Worthalterinn

Juste Gieseke.

Wie man moralisch und physisch Kinder erziehen müsse: — davon haben Sie, verehrungswürdigste Mutter! längst viele anerkannt-vortreffliche Beispiele geliefert. — Sie aber, würdige Tochter einer solchen Mutter, treten in der Mutter Fußstapfen; und die musterhafteste Pflege Ihres Erstlings sehen Sie schon in der seltenen Gesundheit des derben muntern Knaben aufs süßeste belohnt.

Meh-

Nehmen Sie Beide diese wenigen Bögen als einen kleinen Beweis meiner wärmsten Hochachtung!

Sie wissen, wie sehr mir Alles am Herzen liegt, was auf das physische und moralische Wohl der Kinder Einfluß hat. Gerade Sie werden mir daher am ehesten glauben, daß ich recht herzlich wünsche, es mögen sich solcher empfehlenden Beispiele, wie Sie

ge=

gegeben haben, allenthalben recht viele, und demnächst dazu mehr thätige muthige Nachahmerinnen, als bequeme schwache Neiderinnen finden!

O, wenn von all' den zehntausend mörderischen Vorurtheilen, wovon es in Wochen= und Kinderstuben noch wimmelt, wir nur erst eines großen Theiles entledigt seyn werden: welch einer glücklichen Zukunft wird das Menschen=

schengeschlecht dann schon entgegen sehen dürfen!

Mit aufrichtigster Hochachtung empfehle ich diese Blätter Ihrem schmeichelhaften Beifalle, und mich Ihrer fernern Freundschaft.

J. H. Sternberg.

Aufruf an Mütter.

An Euch will ich mich wenden, Ihr Mütter! Zu Euch soll mein schöner Beruf, Krankheit und Schmerzen von den Menschen zu verscheuchen, und Frohsinn und Zufriedenheit dadurch zu verbreiten, — zu Euch soll er mich jetzt leiten: und mit Freundeswarnung, Freundesbelehrung will ich Euch zeigen, wie Ihr gesunde Mütter gesunder Kinder werden könnet. Heilig ist mir immer die Stätte, wo der neugeborne Erdenbürger seine erste Nahrung, seine erste Erziehung erhält, — wo, mögt' ich sagen, der erste Keim gelegt wird zu seinem ganzen künftigen Wohl oder Wehe; — zum wenigsten doch zu dem physischen Wohl oder

Wehe, womit denn auch das moralische nicht selten genau zusammenhängt.

Aber ach! welch ein Schwarm von Irrthümern und schädlichen Vorurtheilen (unselige Ueberreste finsterer Vorzeiten,) umlagern diese heilige Stätte! Heimtükkischen Kobolden gleich, geschützt von allzu duldsamer Gewohnheit, schleichen sie heimlich umher, täuschen mit unschuldiger Maske die ahnungslose Sicherheit, zerrütten das Glück ganzer Familien, entreißen dem liebenden Gatten die Gattinn, oder fesseln sie lange auf peinliches Lager, morden mit langen Qualen Kind auf Kind, oder verkrüppeln sie auf Lebenszeit.

O, drum laßt mit der Fakkel der Wahrheit mich einmal zu Eurem Mutterherzen treten: damit ihr reines Licht bestimmter Euch erkennen lasse, was schwarz und was weiß sey!

Rathschläge will ich Euch darbieten, wie Vernunft und Erfahrung sie gelehrt haben. Ich mein' es gut mit Euch, und Euren Kin-

dern: ich bitte Euch, folgt mir! — Traurige Beispiele schweben mir im Sinne, von Müttern, die, irrigen Wahnes, unkundig der Unverletzlichkeit der ewigen Gesetze, welche die liebevolle Natur gab, ihrer gleichsam trotzen, und gerade dadurch Gesundheit für sich und ihre Kinder erzwingen wollten. O, Ihr solltet sie sehen, die unglücklichen Schlacht-opfer der Unkunde, oder der Tollkühnheit; solltet gesehen haben, was vorging, und dann mögt' ich Euch den Blick leihen können, den die Kunst des Arztes ihm vertraut! Grausen würd' es Euch bis ins Innerste, hier und da so oft, selbst bei dem besten Willen, eine Mutter zur Mörderinn an ihrem Kinde geworden zu sehen! —

Ja! um Eurer selbst willen, um das Glück Eurer Kinder bitt' ich Euch inständig: Laßt mich nicht umsonst zu Euch reden! Beherzigt, was Vernunft und Erfahrung (nicht alt-hergebrachte vererbte Gewohnheit) erheischt: und thut danach! Nur dann könnt Ihr gesunde Mütter gesunder Kinder werden!

Und ich — könnt' ich einen schönern Lohn finden, als die freudige Wehmuth, wenn, in einsamen Stunden, Phantasie mir Euren Blick voll innigen Herzensdankes aus dem Kreise gesunder Kinder herüber führt? —

Erstes

Erstes Kapitel.

Etwas über das Selbststillen.

Jede Mutter, welche stillen kann, soll ihr Kind selbst stillen! — So lautet es im Gesetzbuche der Natur.

Mütter! Ihr habt einen schönen Beruf; und es gibt kein erhabneres, kein verehrungswürdigeres Geschöpf auf Gottes doch so schöner Erde, als eine Mutter, von ächter Mutterliebe durchdrungen. — Wie sie so willig tausend Bequemlichkeiten des Lebens entsagt, um sich nur mit ihrem Kinde beschäftigen zu können! Wie ihr alle die Lasten, die mit dessen Wartung und Pflege verbunden sind, so gar keine Lasten heißen! Wie sie, (sie, des Schlafs

Schlafs selbst so bedürftig) so leise schlummert in den Nächten, und jeder Laut aus der Wiege vor ihrem Bette sie weckt; den Hunger des lieben Säuglings zu stillen, sorglich auszuspähen, und hinweg zu räumen, was seine Bequemlichkeit, sein Wohlbehagen gestört habe! Wie sie endlich voll edeln Stolzes umherblickt auf den schönen Sproß erwachsener Knaben und Mädchen, voll üppiger Gesundheitsfülle und reger Jugendkraft, die um sie her spielen, ihr den süßen Mutternamen zurufen! Gleich als läse man in ihrem Blikke: „Doppelt theuer seyd ihr mir, denn euch nährte „ich einst mit eigner Brust".

Nicht umsonst gab Euch die Natur diese weiche, fein fühlende Seele; nicht umsonst schuf sie Euch so empfänglich für die Alles überwiegende Mutterliebe, die aller ausgestandenen Schmerzen, aller zu erwartenden Gefahren vergißt, um nur immer wieder von neuem des himmlisch-süßen Gefühls mütterlicher Zärtlichkeit sich freuen zu können. Verachtet ihn nicht, den Wink der alliebenden Natur! Erfüllt ihn ganz, Euren schönen

Be-

Beruf: seyd ganz Mütter! Euch wird ja dafür ein Lohn, — ein Lohn, — — o, wo soll ich Worte finden, ihn zu beschreiben? Und redete ich mit Engelzungen: vergebens würd' ich mich dennoch bemühen, ihn auszusprechen. Ich sehe Dich, Mutter, wie Du Deinen durstigen Säugling am nährenden Busen wiegst, sehe den Blick, mit dem Du so inniglich auf ihn hinabsiehst; und ein unwillkührliches Gefühl von Anbetung für ein unbekanntes Wesen, gleich unendlich in seiner Güte, wie in seiner Weisheit, durchschauert so heimlich und hehr das Mark meiner Seele. Aber das Muttergefühl, — o das vermag mein Herz sicher nicht zu erreichen! Uns Männer schuf die Natur dazu viel zu rauh, zu unempfindlich, (wir sollten kämpfen im Gewühle des Lebens): — nicht eine Ahnung davon ist uns zu Theil geworden.

Aber wehe Euch, Ihr Mütter! wenn Ihr es waget, muthwillig der Gesetze der Natur zu höhnen, muthwillig die Blümchen der reinsten, seligsten Freuden zu zertreten, mit denen sie Euren Pfad so überreichlich umpflanzte!

Ihr habt Euch selbst Euer Urtheil gesprochen; und Krankheit und Schmerzen, ja, der Tod selbst, folgen Euch auf der Ferse. Unabbittlich folgen sie Euch!

Doch, keine Regel ohne Ausnahme: und so auch diese nicht. Allerdings kann es der Fälle geben, wo es der Mutter, und sehnte sie sich noch so sehr danach, dennoch nicht verstattet werden darf, ihr Kind selbst zu stillen; oder in welchen das Kind, außer der Mutterbrust, doch noch gleich Anfangs nebenbei auch andere Nahrung haben muß.

Von den Fällen, wo die Mutter ganz und gar nicht stillen darf, in der Folge einmal, wenn ich über die Wahl der Ammen reden werde. Denn außer der Mutterbrust ist eine gute, gesunde Ammenmilch die beste Nahrung für das Kind. Wenn aber die Mutter nicht selbst stillen darf, und keine gute Amme finden kann: dann soll sie ihr Kind lieber mit Ordnung und Vorsicht auffuttern. — Von solchen Fällen hingegen, wo es rathsam ist, dem Kinde früh schon auch neben der Muttermilch noch

noch andere Nahrung zu geben; will ich nun erst in einem eignen Kapitel reden.

Zweites Kapitel.

Unter welchen Umständen es rathsam sey, dem Kinde frühzeitig auch andere Nahrungsmittel zu geben.

Einige vortrefliche Männer haben verlangen wollen, es solle das Kind im ersten halben Jahre außer der Mutter- oder Ammenmilch durchaus nicht ein Tröpfchen anderer Nahrung haben. Allein gesetzt auch, das Kind bekäme aus den Brüsten Nahrung vollauf: so ist es doch rathsam, es auch mit unter an irgend ein anderes Nahrungsmittel zu gewöhnen. Es kann ja die Mutter wegen eines gehabten Schrekkens, Aergers rc. das Kind mehrere Stunden, ja vielleicht länger noch, nicht anlegen dürfen: soll es nun in dieser Zeit fasten? Man wird sagen, in einem solchen Falle sey ein anderes Nahrungsmittel erlaubt: allein der Körper des Kindes ist viel zu zart, als

daß ein ganz ungewohntes Nahrungsmittel nicht seiner Gesundheit sollte gefährlich werden können. Es ist also gut, das Kind auf jeden Fall frühzeitig an irgend ein Nahrungsmittel nebenbei zu gewöhnen.

Die Fälle, wo das Kind außer der Muttermilch auch andere Nahrung haben muß, sind folgende:

1) Wenn die Mutter zwar eine in ihrer übrigen Beschaffenheit gute Milch hat; aber doch nicht in hinreichender Quantität, um das Kind damit zu sättigen. Dann ist ihm nebenbei auch andere Nahrung durchaus unentbehrlich. Die Milch seiner eignen Mutter ist entschieden dem Kinde die zuträglichste Nahrung; weil sie ganz in demselben Körper bereitet wurde, wo das Kind schon vor der Geburt seine Nahrung genoß. Was also die Mutter irgend an Milch liefern kann, das gebe sie ihrem Kinde. Kann sie es nicht sättigen, so solle sie sich nebenbei eine gesunde Amme zu halten, oder das Kind täglich einigemal einer gesunden und redlichen Frau ihrer

Be-

Bekanntschaft zu schikken suchen, welche die Eigenschaften einer guten Amme, und Milch im Ueberflusse hat. Ließe sich aber eine solche nicht finden, so gebe die Mutter dem Kinde nebenbei andere Nahrung, wie ich sie unten beschreiben werde. Es ist eine unverantwortliche Sünde, einer Mutter nur darum die Milch früh vertreiben zu wollen, weil sie nicht viel davon hat. — Aber aufmerksam muß man freilich hiebei seyn. Zuweilen fängt ein Kind plötzlich an zu kränkeln, und die versteckte Ursach ist bloß, daß es in den Brüsten der Mutter nicht Nahrung genug mehr findet. Es geschieht so gar selten nicht, daß einer Mutter die Milch mit einemmale zurückbleibt, obwol sie Anfangs Ueberfluß daran gehabt hatte. Hierauf muß genau geachtet werden. Wenn man in einem solchen Falle dem Kinde nebenbei andere Nahrung reicht, erholt es sich oft im Kurzem.

2) Wenn die Mutter sich öfters solchen Veranlassungen ausgesetzt sieht, nach denen sie das Kind durchaus nicht an die Brust legen dürfte; z. B. Aerger, Schrekken, starke Bewe-

gungen bis zur Erhitzung. Dieß ist sehr oft bei solchen Müttern der Fall, welche einem großen Haushalte vorzustehen haben, und die ganze Direktion desselben selbst besorgen. Auch hat es zuweilen bloß in einer übermäßigen Reizempfänglichkeit des Körpers seinen Grund: wenn z. B. die Frau (wie man zu sagen pflegt) einen ärgerlichen Sinn hat. Alle solche Gemüthsbewegungen haben auf die Absonderungs- und Aussonderungs-Werkzeuge am Körper eine nachtheilige Wirkung: sie bringen die Verrichtung dieser Theile in Unordnung, und verderben somit die gutartige Beschaffenheit der durch diese Verrichtung bereiteten Flüssigkeit. Die Brüste der Säugenden, worin die Milch aus dem Blute abgesondert, und wo sie ausgeleert werden soll, sind eben diesem Gesetze unterworfen. Man hat Beispiele, daß Kinder plötzlich in Konvulsionen gestorben sind, welche eine Mutter während oder unmittelbar nach einer heftigen Erzürnung gesäugt hat. Nach einem solchen Vorfalle sollte jede Mutter sich erst sorgfältig ausmilchen; und nicht eher wieder ihr Kind anlegen, als nach einigen Stunden, wenn es in ihrer Seele

wieder ganz ruhig wäre. Während dessen gebe sie dem Kinde andere Nahrung.

3) Wenn das Kind schon wenigstens 3 — 6 Monate alt ist, hat es selten an der Muttermilch noch genug. Alsdann muß es nachgerade immer mehr zu seiner künftigen Nahrung vorbereitet werden.

4) Wenn das Kind öfter an Säure leidet, soll die Mutter dasselbe, wo möglich, des Nachts nicht säugen. Wenn nemlich das Kind an der Brust einschläft (was doch in der Nacht am öftersten geschiehet) verdauet es nicht gehörig; die Milch gerinnt leicht im Magen, und daraus erst entsteht die Säure. Dieß haben zwar einige neuere Schriftsteller aus theoretischen Gründen bezweifeln wollen: allein die tägliche Erfahrung scheint ihnen zu widersprechen. Ich selbst habe es öfter gesehen, daß gerade aus Ursach des Einschlafens an der Brust die Kinder an beständiger Säure, und andern Verdauungsbeschwerden litten, welche nur durch Ablegung jener Gewohnheit gehoben wurden. Gesetzt auch, es

scheide sich die Milch im Magen wirklich nicht: so muß doch schon daraus Schwäche entstehen, daß das Kind mit einem vollen Magen einschläft. Schwäche aber ist der Urquell der Säure. Vielleicht ließe sich jener Erfahrungssatz also auf diese Weise erklären.

5) Wenn die Mutter während des Stillens ihre monatliche Periode bekommt, soll sie das Kind, falls es dabei unruhig seyn sollte, während dieser Zeit nicht anlegen. Einige Aerzte wollen zwar, eine solche Mutter solle überhaupt gar nicht stillen: allein daß dieß übertrieben und irrig sey, werde ich in der Folge einmal darthun. Am wenigsten sollte man gesunden, vollblütigen Müttern ein so grausames Gebot auferlegen.

6) Wenn eine Mutter Zwillinge zu stillen hat. — Selten trift es sich, daß eine Mutter für Zwillinge Milch genug hat. Kann sie dann keine gute Amme bekommen, oder erlauben ihr ihre Vermögensumstände nicht eine solche zu halten: so möge sie gleich anfangs nebenbei den Kindern andere Nahrung reichen.

7) End=

7) Endlich noch ein Wort über die Frage: Soll die Mutter das Kind nicht unmittelbar nach der Mahlzeit anlegen dürfen? Diese Frage ist selbst von großen Aerzten aufgeworfen, und verschieden beantwortet. Einige verneinen, andere bejahen sie. Was mich anbetrifft, so glaube ich, es ist hier nicht auf einen zu frischen (?) Speisesaft Rücksicht zu nehmen: denn in derselben Stunde kann von dem frischen Speisesafte noch nichts in die Brüste gelangt seyn. Aber der Reiz der Speisen dürfte hier allerdings in Betracht kommen. Speisen und Getränke wirken nemlich als ein Reiz auf den Körper, und haben dadurch auf die Verrichtung aller seiner Theile plötzlichen Einfluß. Auf diese Weise dürften sie denn nun also auch auf die Beschaffenheit der Milch Einfluß haben. Ob gerade einen wirklich ungünstigen Einfluß, will ich nicht entscheiden: denn es ist schwer, hierüber hinreichende und richtige Erfahrungen zu sammeln. Da es indeß ein Leichtes ist, das Kind so zu gewöhnen, daß es zu der Zeit, wo die Mutter eben von der Mahlzeit aufsteht, nicht nach der Brust schreit: so rathe ich lieber, diese Gewohnheit

einzuführen, und unmittelbar nach der Mahlzeit es nicht anzulegen.

Außerdem gehören nun noch gewisse Krankheiten der Mutter hieher, welche aber nur derjenige Arzt bestimmen kann, welcher die Krankheit selbst behandelt.

Drittes Kapitel.

Von der Zeit des Entwöhnens.

So wichtig der Zeitpunkt ist, da dem Säuglinge diejenige Nahrung entzogen werden soll, welche er bis dahin aus der Mutter Brust erhielt: so selten pflegen doch die Mütter über dessen Bestimmung einen Sachverständigen zu Rathe zu ziehen. Sie bestimmen dieß gemeiniglich nach eignem Gutachten; und ihre Bestimmungen sind schwankend, irrig, und werden für das Kind oft eine Quelle von unendlichem Leiden. Nach dem Alter des Säuglings wollen die meisten diesen wichtigen Zeitpunkt bestimmen; und auch hierin sind sie un-

unter einander nicht einig. Einige wollen nur ein halbes Jahr saugen lassen; andere können es sich nicht versagen, vor dem Ende des ersten Lebensjahres ihr Kind abzugewöhnen; ja, einige rükken sogar diesen Zeitpunkt ins zweite Lebensjahr hinaus. Aber in jedem Falle handeln sie unvorsichtig, und können ihrem Kinde Krankheiten mancher Art dadurch zuziehen.

Von den Schriftstellern, welche hierüber geschrieben haben, dürften mir vielleicht nur einige wenige entgangen seyn: aber auch hier fand ich nirgend eine Bestimmung, welche mir genügt hätte. Fast alle bestimmen sie den Zeitpunkt der Entwöhnung unmittelbar nach dem Ausbruche der ersten Zähne. Nun ist es freilich wol der einzige sichere Fingerzeig von der Natur selbst, daß das Kind jezt an andere Nahrung gewöhnet werden solle, wobei es die Zähne oder doch wenigstens die Kinnbacken schon mehr gebrauchen, und sich im Käuen üben müsse. Auch bei den Thieren finden wir es so, daß die Mutterthiere das Saugen nicht länger dulden, wenn sie die

Zähne des Jungen an der Warze fühlen: und hier ist doch die reine Natur. Allein der Körper eines Thieres ist auch schon im zweiten oder dritten Monat in seiner Art vollkommener, als der des Menschen im zweiten Jahre. Ich dächte der junge Erdenbürger erforderte also schon etwas mehr Vorsicht in der Behandlung, als das junge Thier. — Vollends aber ist es ein sehr tadelnswürdiger Fehler, dem Kinde, so bald es nur ein halbes Dutzend Zähnchen hat, nun auch gleich Speisen zu geben, welche es wirklich erst zerbeißen und zerkäuen muß. Man vergesse doch die ungeübten Verdauungswerkzeuge des Kindes nicht, welche sich nicht so schnell vervollkommnen.

Meiner Meinung nach, sollte man gar keinen bestimmten Zeitpunkt des Entwöhnens festsetzen, wenigstens ihn nicht auf die Dauer einiger Tage beschränken. Gemeiniglich wird, wenn der bestimmte Zeitpunkt des Entwöhnens da ist, das Kind gleich in einigen Tagen von der Brust genommen: und daran eben thut man sehr unrecht. Man bedenke

doch nur, wenn ein Erwachsener zu schnell einer gewohnt gewesenen Nahrung und Lebensweise entsagt: so bekommt das seiner Gesundheit nie. Um wie viel mehr nun nicht bei dem zarten Kinde, welches während seines kurzen Daseyns unter den Menschen noch nie irgend eine Veränderung der Nahrung erfahren hat! Daß daher das Entwöhnen oft eine Veranlassung von Krankheiten werde, und vielen Kindern ein gefährlicher Zeitpunkt sey, bestätigt die tägliche Erfahrung. Diese Gefahr aber kann nur dadurch abgewandt werden, daß man auch hier sein Verhalten möglichst genau an die Naturgesetze anschmiegt, welche das Allmählige gebieten.

Schon gegen das Ende des zweiten Vierteljahres fange man an, dem Kinde an derjenigen Nahrung, welche es schon früher nebenbei bekam, und zwar hauptsächlich an Thiermilch, zuzulegen; von der Muttermilch aber dagegen abzubrechen. Ist das Kind an eine gewisse Ordnung des Saugens gewöhnt, und wird täglich nur zu gewissen Stunden angelegt: so gibt auch hier die Ordnung Bequem-

lich-

lichkeit, und es wird das Kind nun einmal weniger angelegt. Nach einigen Wochen wird nun noch etwas von der Muttermilch abgebrochen, und an der Thiermilch zugelegt: und so fährt man mit dem allmählichen Abbrechen fort, bis von der Muttermilch fast nichts mehr übrig ist. — Nur eine solche Art des Entwöhnens kann ohne Gefahr seyn.

Allein hierauf sollen nicht bloß mehrere Wochen, sondern mehrere Monate zugehen. Der Zeitpunkt des Entwöhnens leidet folglich nicht mehr eine so fast pünklich genaue Bestimmung. Als ein Fingerzeig zum Anfange des allmähligen Entwöhnens mag immerhin der Ausbruch der ersten Zähne am sichersten dienen: aber vergeßt es nie, ihr Mütter, daß jede plötzliche Veränderung in der Nahrung dem Kinde leicht schaden könne!

Und wenn nun eine gesunde Mutter Ueberfluß an Milch hat, so sehe ich auch nicht ein, warum sie ihrem Kinde nicht bis zu Ende des ersten Jahres die Brust sollte reichen dürfen. Ist denn eine gesunde Muttermilch

zu

zu Ende des ersten Lebensjahres etwa schlechter als die Milch einer Kuh, welche vielleicht schon vor länger als einem halben Jahre geworfen hat? Gewiß nicht! — Bei kränklichen Müttern, und Mangel an Milch, ist es freilich ein anders: da muß schon früher zum gänzlichen Entwöhnen geschritten werden.

Nun noch eine Frage. Soll kein Kind in der Zeit der Baumblüthe entwöhnt werden? Lachen Sie nicht, liebe Leserinnen, daß ich Ihnen da eine so altväterische Frage auftische: etwas Wahres liegt allerdings dabei zum Grunde. In der Zeit der Baumblüthe pflegt es viel warme Tage und kalte Nächte, und überhaupt jähe Abwechselungen der Witterung zu geben: und das macht diese Jahreszeit zu einer Quelle von mancherlei Krankheiten. Wenn Sie also Ihre Kinder plötzlich entwöhnen wollten: so würden Sie ihnen durch diese zu schnelle Veränderung leicht Kränklichkeit zuziehen. Die Jahreszeit käme nun dazu; und so könnten dadurch gefährliche und tödliche Krankheiten sehr leicht herbeigezogen werden. Die Regel sollte also nur heißen:

„Zur

„Zur Blüthenzeit (im Frühlinge!) muß mit „dem Entwöhnen am vorsichtigsten zu Werke „gegangen werden." Und da nun auch der Herbst der jähen Abwechselungen viele mit sich bringt: so würde auch vom Herbste diese Regel gelten.

Viertes Kapitel.

Was bei der Auswahl der Nahrungsmittel für Kinder zur Richtschnur dienen solle.

Nicht nur für die ersten beiden Lebensjahre, und die Jahre der Kindheit überhaupt; sondern auch nur zu oft für die ganze Lebenszeit hängt die Gesundheit des Menschen von derjenigen Nahrung und Pflege ab, welche er in den erston beiden Lebensjahren genoß. Hier soll der noch so unvollkommene zarte Körper für die künftigen Jahre erst vorbereitet werden. Weh ihm, wenn hier der rechte Weg verfehlt wird! Eine unversiegende reiche Quelle von Jammer und Elend eröffnet sich dann, und wühlt sich unversehends rings um

das

das Glück und die Ruhe des Kindes und seiner Eltern her. Drum, ihr Mütter, drum wollen wir nun erst sehen, wonach wir uns mit unsern Maßregeln zu achten haben, um weder aus Unvorsichtigkeit zu straucheln, noch ängstlich ungewiß zu schwanken. —

Süße, heilige Natur!
Laß mich gehn auf deiner Spur!
Leite mich an deiner Hand
Wie ein Kind am Gängelband!

Ach ja, liebe Leserinnen, wo könnt' es uns wol übel gehen, wenn wir von der Natur selbst uns zuwinken ließen, welche Pfade wir zu wählen hätten! Lassen sie uns nun auch in unserm jetzigen Vorhaben dem Winke der Natur folgen: denn auch hier hat die Alliebende uns einen deutlichen Wink nicht versagt.

Daß diejenige Nahrung, welche die Natur selbst dem Kinde für die Erste Lebenszeit bestimmt habe, nichts als die Milch der eignen Mutter sey, ist offenbar genug. Dazu nur schuf sie Brüste und Euter: und gebot, daß

sie sich zu ihrer Zeit mit dem feinsten Nahrungssafte anfüllten, einem Nahrungssafte, ganz aus demselben Körper gezogen, woraus schon, so lange es noch im Mutterschooße verborgen lag, das Kind oder Thier seine Nahrung zog. Entschieden kann also nur die Muttermilch allein die Richtschnur liefern, wonach die übrigen Ersten Nahrungsmittel des Kindes ausgewählt werden müssen.

Allein es nimmt die Muttermilch verschiedene Veränderungen an: und anders wird sie in den folgenden Tagen, Wochen, und Monaten, als sie in den ersten Tagen nach der Geburt war. Unmittelbar nach der Geburt erhält das Kind aus seiner Mutter Brust nichts, als eine dünne, wässerichte Molke. Noch in den ersten Tagen bleibt die Milch von dieser Beschaffenheit. Sie wird dadurch zu dem leichtesten und schicklichsten Stoffe für die noch völlig ungeübten Verdauungskräfte des Neugebornen; und nicht mit Unrecht schreibt man ihr eine Kraft zu, die Bewegung der Gedärme zu beschleunigen, und dadurch das Kindspech abzuführen. Nach einigen Tagen findet

sich nun zwar die Molke schon etwas mehr mit käsichten und öhlichten Theilen vermischt, und dadurch etwas konsistenter geworden: allein es ist doch noch nicht von sonderlicher Bedeutung. Nur äußerst allmählig nimmt die Konsistenz zu: und auch hierin müssen wir die Weisheit und Güte der Natur ehrfurchtsvoll bewundern, da sich an eine so allmählige Zuname der Konsistenz seiner bestimmten Nahrung der Magen des Säuglings ohne allen Nachtheil gewöhnt. In der Folge nimmt dann aber (wie man gewiß behaupten kann) die Muttermilch von Monat zu Monat noch immer mehr an Konsistenz zu.

So sind die Veränderungen und deren Zwekke beschaffen, welche mit der Muttermilch vorgehen. Nun wollen wir auch einmal ihre Eigenthümlichkeiten betrachten; hiezu aber erst einen kleinen Ueberblick der Bestandtheile der Milch überhaupt voranschikken.

Es besteht die Milch der Menschen und Thiere hauptsächlich aus folgenden Stoffen. 1) Die Molke, oder der Grundbestandtheil.

Diese besteht hauptsächlich aus Blutwasser, und einem eignen Stoffe, welcher durch die Kunst daraus abgeschieden werden kann und wird, und unter dem Namen Milchzukker bekannt ist. Dieser Milchzukker ist ein äusserst kräftiges Nahrungsmittel, und wird daher für Schwache und Schwindsüchtige mit dem besten Erfolge gebraucht. — 2) Die Butter. Diese ist nichts anders als ein feines thierisches Oel, welches mit der frischen Milch aufs innigste vermischt ist. Wenn die Milch aber der Luft ausgesetzt steht: so sondert sich, mittelst des, in der atmosphärischen Luft enthaltenen, hinzutretenden Sauerstoffes, das Oel als Rohm ab, und so entsteht demnächst die Butter. — 3) Der käsichte Theil. Dieß ist ein wahrer Eiweißstoff, welcher hauptsächlich zur Ernährung der festeren, zäheren Theile des Körpers, z. B. der Knochen, Sehnen x. zu dienen scheint. Er ist ohne Zweifel der schwerste Bestandtheil am Gewichte. — 4) Ein gewisser feinerer Stoff, den man Lebensduft nennen könnte. Dieser Stoff, welcher unstreitig der edelste Theil der Milch ist, ist

nur

nur in der frischen warmen Milch bemerklich. Wie kräftig, wie balsamisch, duftet es nicht entgegen aus einer Schaale Milch, wenn sie so eben aus dem Euter gemolken ist! Aber es verfliegt dieser Duft, sobald die Milch der Luft lange ausgesetzt bleibt. Saugt das Kind, oder das Thier nun die Milch unmittelbar aus der Brust oder dem Euter: so geht ihm von diesem edlen warmen Dufte nichts verloren, und ohne Zweifel bekommt es darin nun noch eine der kräftigsten Stärkung in seinen Körper.

Alle diese Stoffe finden sich nun auch in der Muttermilch: aber nur von einem eignen Verhältnisse, und einer Feinheit, wie wir sie sonst nirgend in der Natur treffen. Die Molke ist offenbar der hervorragendste Bestandtheil; und ich habe es schon vorhin angeführt, daß vollends in den ersten Tagen nach der Geburt die Milch fast nur die bloße Molke enthält. Fett oder ölichter Stoff findet sich in einer ganz gesunden Muttermilch wenig, und von einer ungemeinen Feinheit. Daher gibt eine gesunde Muttermilch, selbst wenn sie länger an der Luft steht, doch nicht leicht

eine Fetthaut. Käsigte Theile enthält die Muttermilch in der ersten Zeit wenig oder gar keine; und auch in der Folge finden sie sich nicht nur in geringer Quantität, sondern auch von einer Leichtigkeit und Feinheit, wie man sie in jeder andern Milch vergebens suchen würde.

Die Schlußfolge aus dem Gesagten wäre denn also diese: wenn die ersten Nahrungsmittel für Kinder den Gesetzen der Natur gemäß, und folglich zuträglich seyn sollen, müssen ihre hauptsächlichsten Erfordernisse folgende seyn:

1) Sie müssen in ihren Bestandtheilen der Muttermilch möglichst nahe kommen.

2) Sie müssen anfangs äußerst leicht und milde seyn, nur höchst allmählig am Gehalte zunehmen.

In diesen beiden Punkten vereinigt sich Alles, was sich über die Ernährung der Kinder sagen läßt. Wer mit diesem Maßstabe

zu

zu messen versteht, der wird von dieser Seite gewiß gesunde Kinder ziehen. Aber freilich, Ein Bestandtheil der frischen warmen, von der äußern Luft gar nicht berührten Muttermilch ist ganz unersetzlich: nemlich jener flüchtige Lebensduft, welcher unstreitig die feinsten Bestandtheile ausmacht. Sie sehen hieraus, liebe Leserinnen, welche großen Vortheile das Kind voraus hat, das unmittelbar aus seiner Mutter Busen trinkt! Sollte wol irgend eine sanfte, fühlende Seele unter Ihnen seyn, die Ihrem Kinde diese Wohlthat versagte, wenn Sie sie geben könnte? O, gewiß nicht!

Fünftes Kapitel.

Die Thiermilch, und deren Vergleichungen mit der Muttermilch.

Nach den im vorigen Kapitel gezogenen Schlußfolgerungen kann es wol keinen Zweifel leiden, daß unter allen bekannten Nahrungsmitteln die Thiermilch dem Kinde das zuträglichste sey. Die Thiermilch enthält ganz die-

selben Bestandtheile, welche die Muttermilch enthält, (Molke, Oel, Käse, Lebensduft) und ist ebenfalls von der Natur zur ersten Nahrung für ein lebendes Geschöpf bestimmt.

Allein die Milch der Thiere ist sehr verschieden nach ihren Gattungen. Die eine kommt der Muttermilch näher als die andere. Daher wollen wir nun erst einmal einige Vergleichungen anstellen, um mit Bestimmtheit eine richtige Auswahl treffen zu können.

1) Die Eselsmilch. — Diese zeichnet sich unter aller übrigen Thiermilch am vortheilhaftesten aus. Sie enthält die meiste Molke, und in dieser vielen Milchzukker, aber nur wenig, und sehr feines Oel, und wenig leichten Käse. Mit Ausname der Menschenmilch ist sie daher die leichteste, feinste, und kräftigste Nahrung, welche uns irgend eines der drei Naturreiche liefert; und vermöge dieser Eigenschaften hat sie schon manchem Schwindsüchtigen das Leben erhalten, oder doch wenigstens gefristet. Auch braucht man in der Auswahl nicht so sorgfältig zu seyn:

da

da diese, mit Unrecht verachtete nützliche Thiergattung gemeiniglich einer guten Gesundheit genießt. Also auch für Kinder dürfte sie unstreitig die dienlichste Nahrung seyn. Schade nur, daß eine Eselinn so schwer anzuschaffen ist! Sonst mögte ich sie mancher Amme weit vorziehen. Eine gute Eselinn wird oft mit 6 — 8 und mehrern Louisd'ors bezahlt: aber der Miethpfennig einer Amme beträgt wol kaum den zehnten Theil. Wer daher die Eselszucht mehr empor zu bringen wüßte, würde sich um den minder begüterten Theil der Menschheit, vorzüglich um die Gesundheit einer Menge von Kindern, ein nicht geringes Verdienst erwerben. Die Unterhaltungskosten für eine Eselinn sind gar nicht bedeutend (selbst die mäßigste Amme dürfte mit dem zehnten Theile nicht auskommen): wenn nur die erste Auslage nicht so beträchtlich wäre!

2) Die Ziegenmilch. — Diese verdient unstreitig gleich neben der Eselsmilch ihren Rang. Sie enthält mehr Molke und Milchzukker, aber weit weniger und feineres Fett, weniger und feinere käsichte Theile als

die Kuhmilch. In allen Krankheiten, und in jedem Zustande, wo Milchdiät erforderlich ist, verdient daher die Ziegenmilch bei weitem den Vorzug vor der Kuhmilch. Auch Säuglingen ist sie daher weit dienlicher. Nur ist schon etwas mehr Vorsicht dabei nöthig, da die Ziege ein schwächliches, kränkliches Thier ist.

3) Die Kuhmilch. — Diese ist weit fetter, käsichter, und schwerer, als die eben genannten beiden Milch-arten. Daher dient sie nicht für einen Säugling; am wenigsten in den ersten Monaten des Lebens. Eselsmilch, und allenfalls auch die Ziegenmilch, kann man schon im zweiten oder dritten Monate fast unvermischt geben: aber die Kuhmilch vielleicht in dem ganzen ersten Jahre nicht. Diese muß durchaus erst abgerahmt werden, ehe sie dem Kinde gegeben werden darf: und auch dann sollte sie nie unvermischt gegeben werden. Aber gerade dadurch, daß sie erst an der Luft stehen muß, verliert sie noch mehr von ihren besten Bestandtheilen: und der Zutritt des Sauerstoffes aus der Luft gibt ihr einen noch größern Hang zur Säure, als sie schon als Thiermilch

milch hat. Und die schweren, gröbern, käsichten Theile zieht die Luft nicht heraus: diese würden, ohne stark verdünnet zu seyn, dem Magen des Kindes übel bekommen. Ich habe der Fälle gesehen, wo Kinder mit einer zu schweren, unverdünnten Kuhmilch getränkt wurden. Ich warnte früh genug, aber meine Warnungen wurden für übertriebene Besorgnisse gehalten, und in den Wind geschlagen. Eine Zeitlang täuschte ein Anschein von Wohlbeleibtheit und Gesundheit die sorgenlosen Mütter; aber zu späte Reuethränen kamen hinterdrein, als am Ende plötzlich die unheilbarsten Auszehrungen, Dürrsuchten, Nervenschwäche ꝛc. mit einer Wuth, die keine Kunst zu bändigen vermochte, einbrachen. — Am wenigsten aber dient die Kuhmilch den Säuglingen in solchen Gegenden, wo das Vieh einer sehr fetten Weide genießt: und daher noch um so mehr Fett und Käse liefert. — Allein zur Bereitung der süßen Molke (wovon hernach) mag die Kuhmilch dienen; da sie am wohlfeilsten, zu jeder Jahreszeit zu haben ist, und hiebei überdem das Fett und die käsichten Theile ausgeschieden werden.

4) Die

4) Die Schafmilch. — Diese schickt sich nun vollends durchaus gar nicht zu einem Nahrungsmittel für den Säugling. Sie enthält viel zu viel Fett und Käse: und würde im Kurzen dem Kinde seine Gesundheit rauben. Doch, meines Wissens pflegt man sich ihrer auch nirgend zur Kindernahrung zu bedienen.

Zum Beschlusse dieses Kapitels nun noch die von Hufeland angegebene bequemste Vorschrift, die vorhin erwähnte süße Molke zu bereiten. — Ein Kalbsmagen wird einige Stunden lang in gutem Weineßig eingeweicht, dann aufgeblasen, und in der Luft oder einem warmen Zimmer getrocknet, und zum Gebrauch aufgehoben. Hievon dient eine Streife, etwa wie ein Finger lang und breit, um aus einem Maaß Milch die Molke zu scheiden. Man wirft die Streife hinein, und setzt dann das Gefäß in warme Asche, oder auf einen warmen Ofen (ja nicht auf Glühfeuer!) und läßt es, zu langsamer Erwärmung, ruhig stehen. (Damit kein Staub die Milch verun reinige, deckt man das Gefäß zu.) Nach

Ver-

Verlauf $\frac{1}{4}$ oder $\frac{1}{2}$ Stunde wird man auf der Oberfläche eine käsichte Haut entstehen sehen. Diese durchschneidet man: und so sondert sich nachgerade die helle, klare Molke ab. Je länger man das Gefäß an dem warmen Orte stehen läßt, desto mehr Molke sondert sich ab. Diese Molke gießt man alsdann behutsam ab. Zum Ueberfluß kann man sie noch einmal durch Linnen oder Löschpapier seihen. Man verwahrt sie in einer wohlverkorkten gläsernen Flasche. Jeden Tag muß sie aber frisch bereitet werden: denn sie wird leicht sauer, und ist alsdann dem Kinde nicht nur unangenehm, sondern auch sehr schädlich, verursacht Leibschmerzen, Koliken, Erbrechen, Blähungen ꝛc. Sie ist übrigens das leichteste, feinste, und der Natur angemessenste Nahrungsmittel, welches sich für schwache und zarte Körper nur finden läßt. Sie kömmt fast ganz mit der ersten Muttermilch überein. Säuglingen ist sie daher das zuträglichste: in den ersten Tagen unvermischt gegeben, in der Folge zur Verdünnung der Milch. — Nur unvollkommen wird eine solche Molke ersetzt, wenn man den sogenannten Milchzuk-

ker

ker auf der Apotheke kauft, und 1 Loth davon in einem halben Maaß Wasser auflöset. Hiezu ist aber durchaus ein ganz reines Wasser nöthig. — Von dem Gebrauche dieser Molke nachher das Weitere!

Fünftes Kapitel.

Was sonst noch bei der Wahl und der Anwendung der Thiermilch vorzüglich zu beachten ist.

Eine mit der gehörigen Vorsicht gegebene Thiermilch ist denn also, nächst der Muttermilch oder einer gesunden Ammenmilch, die dienlichste Nahrung für das Kind. Allein auch unter der Milch einer und ebenderselben Thiergattung herrschen große Verschiedenheiten. Auch bei dem Thiere hängt die Beschaffenheit der Milch von verschiedenen Umständen ab, auf welche alle genaue Rücksicht genommen werden muß.

Jede

Jede Mutter, die es irgend vermögte, sollte sich durchaus das Thier selbst halten, wovon sie ihrem Kinde die Milch gäbe. Nur dann würde sie sich überzeugen können, ob die Milch wirklich die erforderlichen Eigenschaften habe. Vorhin habe ich die Ziegenmilch vorzüglich empfohlen (was sie gewiß verdient!). Da nun eine Ziege leicht anzuschaffen, nicht eben kostspielig zu erhalten ist: so rathe ich vor allem andern zu Anschaffung einer Ziege. Dieß ist (wenn anders mein Rath befolgt, und Ziegenmilch gegeben werden soll) um so nöthiger, da die Ziege ein schwächliches Thier ist, und also einer vorzüglichern Pflege bedarf, um immer gesund zu bleiben. Bei einer gekauften Milch ist man vor mancherlei Nachtheilen nicht sicher, am wenigsten bei der Kuhmilch. Bald ist sie von dieser, bald von jener Kuh: und ob das Thier, wovon sie genommen, gesund gewesen sey, wer kann es wissen? Wer kann auch wissen vor wie viel Tagen die Milch schon gemolken gewesen sey? Man setzt daher das Kind allerdings einiger Gefahr aus, wenn man es mit gekaufter Milch tränkt.

Wenn man gewissenhaft verfahren will, so darf man bei dem Thiere, dessen Milch man dem Kinde geben will, folgendes nicht aus der Acht lassen.

1) Das Alter des Thieres. — Ich darf es wol kaum einmal anführen, daß ein junges Thier, welches zum ersten- oder zweitenmal geworfen hat, eine weit feinere, leichtere Milch liefern werde, als ein altes abgelebtes, welches vielleicht schon zum letztenmal diese Zeitlichkeit mit seines Gleichen erfreut.

2) Die Leibesbeschaffenheit des Thieres. — Ein großes starkes Thier, mit gesundem Haare Hufe und Horne, und großem derbem Euter, läßt immer eine weit bessere Milch erwarten, als eines von ganz entgegengesetzter Leibesbeschaffenheit.

3) Die Gesundheit des Thieres. — Daß auch bei den Thieren die allgemeine Gesundheit auf die Güte der Milch den größten Einfluß habe, kann wol keinen Zweifel leiden. Ein Thier, welches öfters kränkelt, dürfte

denn

denn also auch schwerlich je eine gute gesunde Milch liefern.

4) Die Zeit, da das Thier geworfen hat. Auch bei dem Thiere hat die allweise Natur verordnet, daß die Milch gleich nach der Geburt flüßig sey, und sich nur allmählig verdikke. Einem neugebornen Kinde also die Milch von einem Thiere zu geben, welches schon lange zuvor geworfen hat, würde sehr undienlich seyn. Durchaus ist die Thiermilch dem Kinde am dienlichsten je jünger sie ist.

5) Die Nahrung und Pflege des Thieres. Auch die Gesundheit des Thieres richtet sich, eben so wie die des Menschen, nach der Nahrung und Pflege. Ein Thier, welches mager und dürftig ernährt wird, wird nie einen hinreichenden und guten Speisesaft bereiten. Ist es ein säugendes Thier, so kann es auch keine gute Milch liefern. Es muß uns also hier sehr darauf ankommen, daß das Thier schicklich und gut genährt sey: d. h. daß es nicht bloß gutes und hinreichendes Futter bekommen, sondern auch die Fütte-

rung gehörig abgewartet sey. — Ein zweites Haupt-augenmerk muß hier die **Pflege** seyn; und zwar vor allen andern die **Reinlichkeit**. Die Unreinlichkeit macht nicht bloß den Menschen ungesund, sondern auch das Thier. Wenn nun ein Thier den ganzen Winter über in einem verschlossenen Stalle steht, der nicht täglich ausgemistet, mit frischem Stroh ausgestreuet, und gehörig durchlüftet; wenn das Thier selbst nicht öfter abgewaschen, nicht täglich an frische Luft gelassen wird: sollte da wol Gesundheit Statt finden können? Unmöglich! Also wird auch kein säugendes Thier, auf solche Art vernachläßigt, eine recht gesunde Milch geben können.

6) **Die übrige Beschaffenheit der Milch.** Es trifft sich zuweilen, daß, ungeachtet der besten Nahrung und Pflege, der anscheinend besten Gesundheit, die Milch dennoch in ihrer innern Beschaffenheit fehlerhaft ist. Nicht immer vermögen wir die Ursach hievon aufzufinden, und es scheint daher irgend ein heimlicher Fehler in den Milchdrüsen selbst zum Grunde zu liegen. So ist und

bleibt

bleibt denn z. B. die Thiermilch zuweilen dünn und wässricht, oder wird oft blau, scheidet sich zu leicht und wird sauer, u. dgl. m. Eine solche Milch taugt durchaus nicht für das Kind. — Aber auch eine zu fette Milch dient dem Kinde nicht, da die ölichten Theile nur erschlaffen. Die daraus entstehende Korpulenz des Kindes (schwammichter Zellstoff, nicht derbes Muskelfleisch!) ist kein günstiges Zeichen.

Uebrigens aber ist es auch sehr zuträglich, daß die Milch immer von einem und ebendemselben Thiere sey. Denn bei zwei Thieren, seyen sie auch gleich von einer und ebenderselben Gattung, ist die Milch des einen doch immer etwas anders beschaffen als die eines andern: weil bei beiden doch immer einige Verschiedenheiten in der Körperbeschaffenheit Statt finden. Doch mag dieß noch hingehen. Aber gar mit Milch von zwei verschiedenen Thiergattungen (z. B. mit Ziegenmilch und Kuhmilch) abzuwechseln, darf durchaus nicht gestattet werden. Die eine ist immer schwerer und reizender als die andere: eine Abwechselung damit wird der Körper des

Kindes nie vertragen, da die Natur selbst eine gewisse Einförmigkeit in seiner ersten Nahrung bestimmt hat.

Und endlich muß denn auch die Milch so frisch als möglich gemolken seyn. Je länger sie an der Luft steht, desto mehr verliert sie von ihrer innern Güte, desto lokkerer wird der Zusammenhang ihrer Bestandtheile unter einander. Bei der Ziegenmilch, welche nicht abgerahmt zu werden bedarf, rathe ich, zweimal täglich melken zu lassen, und zwar (mittelst eines Trichters?) unmittelbar in eine erwärmte gläserne Flasche, welche demnächst gleich wohl verkorkt wird. Dieß wäre, dächt' ich, die einzige Art, der Milch ihren kräftigsten Bestandtheil, den Lebensduft, möglichst zu erhalten. Bei einer solchen Kuhmilch aber, welche sehr fett ist, und durchaus erst etwas abgerahmt werden müßte, dürfte dieß Verhalten nicht anwendbar seyn. — Durchaus darf aber die Thiermilch nicht 24 Stunden an der Luft gestanden haben. — Aufgekocht darf aber vollends keine Thiermilch seyn: denn dadurch wird vollends noch der letzte Rest ihrer edelsten Bestandtheile verflüchtigt.

Nach

Nach diesen angegebenen Regeln die Thiermilch auszuwählen, kann nicht viele Schwierigkeiten machen, wenn man sich nur das milchende Thier selbst halten kann. Eine solche Vorsicht ist aber nöthiger als manche Mutter vielleicht geglaubt hat: und wie gefährlich eine zu große Sorgenlosigkeit hiebei werden könne, erhellet aus dem Gesagten. —

So viel über die Wahl der Thiermilch. Nun noch einiges über die Art der Anwendung.

Jede Thiermilch, sie sey welche sie wolle, ist dem Kinde in den ersten Monaten seines Lebens schädlich, wenn sie durchaus unverdünnt gegeben wird. Selbst die frischeste, jüngste, und beste Thiermilch, ist doch noch immer weit konsistenter und schwerer, als eine selbst schon ältere Muttermilch. Unvermischt kann sie daher dem Säuglinge wenigstens so lange nicht dienlich seyn, als seinem Magen noch eine leichte, dünne Nahrung bestimmt ist; d. h. in den ersten Monaten seines Lebens. Es werden alljährig eine Menge Kinder bloß dadurch

um Leben und Gesundheit gebracht, daß sie in ihrer ersten Lebenszeit viel unverdünnte Thiermilch bekommen. Doppelt schädlich ist es aber, eine gar erst aufgekochte Thiermilch unverdünnt zu geben: denn durch das Kochen verflüchtigen sich noch viele wässerichte Theile, und die Milch wird noch etwas dikker und schwerer.

Aber womit denn nun verdünnen?— Nicht mit Wasser, meine Leserinnen! Denn theils ist das ein der Milch fremdartiger Bestandtheil, theils enthält manches Wasser auch nachtheilige Stoffe, z. B. vielen Salpeter; und durch das Aufkochen verliert es ebenfalls gewisse edlere Bestandtheile. Auch enthält es an sich gar nicht das mindeste Nahrhafte: es verdünnt also die Milch, ohne ihr einen nützlichen Bestandtheil beizumischen.

Den entschiedensten Vorzug vor jedem andern Verdünnungsmittel verdient die süße Molke, deren Bereitung am Schlusse des vorigen Kapitels angegeben ist. Gerade diese Molke ist derjenige Bestandtheil, woran es der Thiermilch in Vergleich gegen die Mutter-

milch mangelt. Die Muttermilch enthält einen Ueberfluß an Molke: die Thiermilch aber enthält davon bei weitem nicht so viel, enthält mehr fettige und käsichte Theile. Setzt man daher einer Thiermilch jene Molke zu: so macht man sie dadurch der Muttermilch ähnlicher, und zu der schicklichsten Nahrung, welche es, außer der Muttermilch, für den Säugling geben kann.

Wenn die Mutter überhaupt, oder nur vorerst, nicht selbst stillen kann, ist es in den ersten Tagen nach der Geburt rathsam, dem Kinde die Molke ganz unvermischt zu geben. Die noch ungeübten Verdauungswerkzeuge des Kindes vertragen durchaus noch keine Milch: selbst jeder Zusatz davon kann dem Kinde, wenn es irgend eine Anlage zu schlechter Verdauung hat, schädlich werden. Die erste Nahrung, welche die Natur selbst dem Kinde in seiner Mutter Busen bereitete, ist ja auch nichts als dünne Molke: sollten wir diesen Wink der Natur nicht benutzen dürfen? Jede Besorgniß, daß das Kind in der bloßen Molke nicht Nahrung genug bekommen mögte, ist

unnütz: die Molke ist kein so unkräftiges Nahrungsmittel, als sie vielleicht einigen zu besorgten Müttern scheinen mögte. Ueberdem hat sie hier auch noch den Nutzen, daß sie die abführende Kraft ersetzt, welche man der ersten Muttermilch zuschreibt; ein Vortheil, den die Molke mit Thiermilch vermischt nicht leistet. — Man gebe also immerhin, wo die Mutter nicht selbst stillen kann, dem Kinde in den ersten Tagen so viel süße Molke unvermischt, als es trinken will. Außerdem verdient freilich die erste Muttermilch den Vorzug.

Wenn nun in den folgenden Tagen und Wochen die Mutter nicht Milch genug hat, oder gar nicht stillen kann; und der Säugling mithin zugefüttert, oder ganz und gar mit Thiermilch aufgefüttert werden muß: dann werde der süßen Molke allmählich etwas frische Milch zugemischt. Hiemit kann gleich den dritten Tag ein kleiner Anfang gemacht werden. Die Quantität der beizumischenden Milch ist unbestimmt, und muß sich nach der Beschaffenheit der Milch selbst richten. Von einer dikken, schweren Kuhmilch darf natürlich

nicht

nicht so viel genommen werden, als von der ungleich leichtern Ziegenmilch genommen wird. Ueberhaupt muß nur allmählig angefangen werden, und die erstern=male sollte man nicht mehr als höchstens einen mäßigen Eßlöffel voll Milch auf eine Tasse voll Molke nehmen; oder bestimmter etwa 5 große Eßlöffel voll Molke, und einen mäßigen Eßlöffel voll Milch. Alle 2 — 3 Tage könnte man ein Theelöffelchen voll Milch an obiger Portion zulegen. — Im ersten Monate müßte man die Quantität von einem Drittheil Milch zu zwei Drittheilen Molke (also etwa 2 Eßlöffel voll Milch zu 4 Eßlöffeln voll Molke) nicht überschreiten: am allerwenigsten bei der Kuhmilch. Ja, wenn man eine schwere Kuhmilch zu nehmen gezwungen ist: so warne ich vielmehr, ja nicht mehr als den vierten Theil Milch zu nehmen. Man fürchte nicht, daß das Kind dabei verhungern werde: es bekommt in dieser Mischung schon, wenn gleich nicht so feine, edle, doch mehr und stärkere Nahrung, als ihm die Natur in der Muttermilch zu erhalten bestimmte.

Im zweiten Monate des Lebens kann man nun mit der Milch allmählig Theelöffel=

weise so zulegen, daß zu Ende dieses Monats das Kind schon halb Milch halb Molke bekommt. Nur bei einer schweren Kuhmilch muß man die Zulagen etwas verzögern, so daß man etwa erst in der Hälfte des dritten Monates zu jenem Verhältnisse der Milch und Molke kommt. Ist indeß die Kuhmilch nicht zu schwer: so kann man auch von ihr schon früher zulegen. Mit einer schweren Kuhmilch aber ist's gefährlich.

Mit dieser Mischung kann man fortfahren bis zu Ende des dritten Monats, wenn man sich einer Kuhmilch zu bedienen genöthigt sieht. Gebraucht man aber Ziegenmilch: so kann man schon im dritten Monate allmählig so viel zulegen, daß im vierten Monate das Kind drei Viertheile Milch, und ein Viertheil Molke bekommt. Bei der Kuhmilch aber, hauptsächlich wenn sie sehr schwer ist, sollte man diese Zulage vor dem vierten Manate nicht anfangen.

Erst in oder nach dem sechsten Monate sollte man allmählig dahin gediehen seyn,

eine

eine Ziegenmilch, oder leichte Kuhmilch dem Kinde durchaus unvermischt zu geben. Eine schwere Kuhmilch aber sollte ein Kind, selbst im zweiten Lebensjahre, durchaus nicht anders als bis zu einem guten Viertheile, wo nicht bis zu einem Drittheile, mit Molke verdünnt erhalten. Die unheilbarsten Dürrsuchten, Auszehrungen rc. können sonst die Folge davon werden: und kommen sie (wo sie kommen) nicht gleich, so kommen sie im zweiten oder dritten Lebensjahre.

Von der Eselsmilch gilt noch mehr, was von der Ziegenmilch gilt: und sie kann noch früher unverdünnt gegeben werden.

Nun noch ein Wort von dem Zukker, welchen man gemeiniglich, die Milch zu versüßen, hinzusetzt. Das ist ein schädlicher Zusatz. Zukker schwächt, und befördert eine Neigung zur Säure in Magen und Gedärmen; wozu Kinder ohnehin so sehr geneigt sind. Einige haben dieß zwar nicht zugestehen wollen, und führen einzelne Beispiele an, wo der Zukker nicht geschadet. Allein was beweisen einzelne

Bei-

Beispiele? Nichts, gar nichts! Nur die allgemeine Erfahrung der Aerzte kann entscheiden: und diese entscheidet gegen den Zukker. Daß er manchem Kinde nicht geschadet hat, ist eben so sehr Ungefähr, als daß Trunkenbolde alte Leute geworden sind. Und wozu denn auch den Zukker zur Milch? Er gibt nicht den mindesten Nutzen, als — den Gaumen des Säuglings zu verwöhnen. Der Gaumen des Säuglings ist eben so leicht, ja noch weit leichter zu verwöhnen, als der des Erwachsenen: und ist es erst einmal geschehen, so kann es große Unbequemlichkeiten verursachen, und ist schwer wieder abzugewöhnen. Ich weiß Fälle, wo Säuglinge durch stark gezukkerte Milch so verwöhnt waren, daß ihnen endlich auch selbst die Muttermilch nicht süß genug mehr zu seyn schien, und sie die künstliche Nahrung vorzogen. Fürwahr kein sonderlicher Vortheil! — Man lasse also gleich anfangs jeden Zusatz von Zukker weg: und man wird in der Folge nicht Ursach haben sich zu beklagen, das Kind wolle nicht trinken, wenn die Milch nicht süß genug sey. Man blikke auf die Natur, und bedenke, daß die Mutter-

milch keineswegs eine so überwiegende Süßigkeit habe, wie man bei der Thiermilch erkünstelt. Und so süß, als die Thiermilch zu werden braucht, um der Muttermilch auch darin möglichst nahe zu kommen, so süß macht sie der Zusatz von der genannten Molke, welche schon an sich eine nicht geringe Süßigkeit besitzt.

Siebentes Kapitel.

Welches, außer der Milch, das dienlichste Nahrungsmittel für den Säugling sey?

Nächst der Muttermilch behauptet also die Thiermilch den ersten Platz. Allein es sind die Fälle so gar selten nicht, wo die Thiermilch allein dem Kinde nicht dienlich ist. Dieß ist wol hauptsächlich bei einem beständigen Hange zur Säure der Fall. Die gebräuchliche Thiermilch hat (vermöge der Pflanzennahrung der Thiere?) einen weit größern Hang zum säuerlichen Charakter, wie die Menschenmilch: daher kann sie einen Hang zur Säure bei Kindern noch etwas unterhalten helfen. — Auch

bei sehr schwachen Kindern kann sie nicht hinreichend seyn; sondern es ist ein Mittel erforderlich, welches einen stärkern Reiz auf die Lebenskraft hervorbringt. — Auch können gerade Krankheiten unter dem Vieh eines Ortes oder einer Gegend herrschen, welche den Gebrauch der Thiermilch widerrathen. Es kann die Thiermilch überhaupt irgendwo nicht von der gehörigen Beschaffenheit und Güte zu haben seyn ꝛc. In allen diesen Fällen sind einige andere Mittel erfoderlich.

Drei Nahrungsmittel aus dem Thierreiche sind es, denen nun alle übrigen weit nachstehen müssen. Hievon nenne ich 1) die Fleischbrühe. Erschrekket nicht davor, besorgte Mütter! Die Fleischbrühe ist Eurem neugebornen, oder doch wenigstens noch saugenden kleinen Lieblinge nicht gefährlich; sie ist vielmehr ein sehr dienliches Nahrungsmittel. Es ist eine so leichte, so feine Nahrung, daß nicht leicht der geringste Schaden davon zu fürchten ist. Wohl aber hat sie schon gar manchem Kinde das Leben gerettet. Hauptsächlich eignet sie sich zum Gebrauche für folgende Fälle.

a) Bei

a) Bei einer öftern Neigung zur Säure, und andern Verdauungsbeschwerden. Diese erkennt man vorzüglich aus den öftern grünen, oder gelben, gallert-artigen, oder gehacktem Eigelbe gleichen Stuhlgängen, öftern Diarrhoeen, oder Verstopfungen, Aufgetriebenheit, auch wol Brennen des Unterleibes, Blähungen, Strampeln mit den Beinen, und Krümmen, Schlaflosigkeit und Schreien. — Hier ist die Fleischbrühe ein gar herrliches Mittel: Vorzüglich des Nachts, statt der Milch gegeben. Auch kann man, nach Verhältniß des Alters, ein oder ein paar Dutzend Fenchelkörner mitkochen. Aber jeden Zusatz von Zukker vermeide man.

b) Bei Magerkeit, Dürrsuchten, Auszehrung. Auch hier thut der fortgesetzte Gebrauch der Fleischbrühe oft Wunder. Ich selbst habe Kindern dadurch das Leben erhalten, welche schon ins Schattenreich zu gehören schienen. Durch nichts lasse man sich hier von dem täglichen, lang fortgesetzten Gebrauche der Fleischbrühe abhalten!

Zu der Bereitung der Fleischbrühe dient für die ersten Monate des Lebens am besten junges Geflügel: als z. B. Tauben, Hühner, Enten. Diese kann man zuvor zerstampfen, damit auch aus den Knochen die kräftigen Bestandtheile ausziehen. Aber eine solche Brühe muß dann aufs sorgfältigste durchgeseihet werden. — Statt des Geflügels kann man aber auch füglich Kalbfleisch nehmen. Rindfleisch-brühe sollte nicht eher, als etwa gegen das Ende des ersten Lebensjahres gegeben werden. Die etwanige Quantität des Fleisches darf ich meinen Leserinnen wol nicht erst bestimmen! Aber durchaus sollte man die Fleischbrühe Tag für Tag frisch bereiten, und in wohlverkorkten gläsernen Flaschen aufbewahren.

Zu Ende des ersten, und im zweiten Lebensjahre, oder überhaupt nach dem Entwöhnen, ist die Fleischbrühe dem Kinde schon weit unbedingter nöthig. Jetzt ist es nun in der großen wichtigen Periode, wo (wie Locke einmal sagt) die Natur bemüht ist, aus dem Thier-ähnlichen Geschöpfe den Menschen zu

bilden.

bilden. Die äußern und innern Sinne entwikkeln sich bestimmt und deutlich, es beginnen die willkührlichen Bewegungen, das Kind lernt artikulirte Töne hervorbringen, und schon harret das entzückte Mutterherz nicht ohne Ungeduld der Zeit, da das Kind zu gehen und einen Ton hervorzubringen anfängt, den ihr süßer Wahn zu dem Worte Vater oder Mutter vervollkommnet. In dieser großen, wichtigen Periode *) gehen daher mancherlei Veränderungen mit dem Körper vor, und fast alle Theile erreichen einen vollkommneren Grad von Ausbildung. Aber gerade dazu bedarf das Kind einer kräftigern Nahrung. Fehlt es ihm daran: so ist es in Gefahr, die Englische Krankheit zu bekommen, oder Drüsen-

schwä-

*) Sehr mit Unrecht nannte man diese große Entwikkelungsperiode ehemals das Zahnen. Das Zahnen ist zwar allerdings auch ein Theil davon: aber nichts weniger als Ursach der wichtigen Veränderungen, welche jetzt vorgehen, und der zuweilen damit verbundenen Krankheiten. Das Zahnen ist weder Krankheit noch Krankheitsursach.

schwäche, oder Dürrsucht, oder irgend ein anderes der hartnäckigen Uebel, welche zu dieser Zeit so häufig entstehen. Mäßige Fleischnahrung (nemlich bloß Fleisch-Brühe) mindert jede dieser Gefahren ansehnlich. Zu Ende des ersten oder im zweiten Jahre kann man sich dann auch schon der ungleich kräftigern Rindfleischbrühe bedienen.

Man gibt die Fleischbrühe auf verschiedene Art. Ganz kleinen Kindern, welche zu öfters etwas verlangen, läßt man sie saugen, wie ich hernach von der Milch sagen werde. Dieß kann vorzüglich in der Nacht geschehen, und ist sehr bequem. Etwas ältern Kindern kann man mit Zwieback, Reis, Gries oder andern noch anzuführenden Substanzen eine Suppe davon bereiten, und diese mit Löffeln geben. Hufeland empfiehlt Salapwurzel in Fleischbrühe gekocht, als das kräftigste Nahrungsmittel für Kinder, zumal für abgezehrte, dürrsüchtige ꝛc. Auch ich kann dieß aus vielfältiger Erfahrung unterschreiben. Man löset etwa 1 Quentchen dieser Wurzel in $\frac{1}{2}$ — $\frac{3}{4}$ Maaß warmer Fleischbrühe auf, und gibt

dieß

dieß mit Löffeln. Binnen 24 Stunden gibt man davon einem Kinde von einem Monate etwa ein Tassenköpfchen (welches 6 große Eßlöffel voll Wasser faßt) voll; einem zweimonatlichen Kinde etwa $1\frac{1}{2}$ — 2 Tassenköpfchen voll; einem dreimonatlichen $2\frac{1}{2}$ — 3 Tassenköpfchen voll; einem viermonatlichen etwa $3\frac{1}{2}$ — 4 Tassenköpfchen ꝛc.

Fleisch in Substanz dient keinem Kinde. Es ist ein viel zu starker Reiz, und erfordert eine viel zu vollkommene Wirkung der Kinnbakken, und des Magens. Die ungeübten Kiefer des Kindes können es nicht gehörig zerkäuen, und der ungeübte Magen desselben verträgt es nun noch um so weniger. Ich habe Dürrsuchten entstehen gesehen, woran gewiß viel Schuld war, daß man dem Kinde zu frühzeitig Fleisch in Substanz gegeben hatte. Vor dem letzten Ende des dritten Lebensjahres sollte kein Kind eine Faser Fleisch bekommen. Und alsdann sollte nur mit sehr wenig, und dem feinsten Fleische, nicht gekocht, sondern gebraten (aber nicht in Butter getaucht!) angefangen werden: z. B. gelegentlich von der

Brust einer gebratenen jungen Taube, eines gebratenen Hühnchens, eines andern Vogels, wenn er nur jung ist. Auch etwas weniges von einem mürben Wildprett mögte hingehen. Aber durchaus noch kein Rindfleisch, noch nicht das geringste vom Schweinefleische. Der Erfolg dürfte sonst öfter zur bittersten Reue Anlaß geben.

2) Das Eigelb. — Ebenfalls ein äußerst feines und kräftiges Nahrungsmittel, welches schwächlichen, abgezehrten Kindern immer sehr wohl bekommt. Das Ei muß aber ungekocht seyn, und so frisch als möglich. Man gibt davon, nach Verhältniß des Alters, täglich $\frac{1}{2}$ bis zu $1\frac{1}{2}$ oder 2 Dotter; letzteres jedoch nur einem Kinde von wenigstens einem Jahre. Sehr bequem wird es mit Milch vermischt gegeben. Auch benimmt es der Thiermilch ihren säuerlichen Charakter: nemlich indem es den Magen zu kräftigerer Thätigkeit anreizt. Aber auch mit Fleischbrühe kann man es geben. Einige empfehlen es auch in Biersuppe: hievon hernach.

3) Die Schnekkenbrühe. — Ebenfalls der feinsten, und kräftigsten Nahrungsmittel, welche wir haben, Eines. Gewiß, meine Leserinnen! Sie würden dieß Mittelchen eben so lieb gewonnen haben, als ich, wenn Sie Zeuginnen gewesen wären, wie ich dadurch so manchem abgezehrten Kinde, dessen naher Tod unvermeidlich schien, dennoch das Leben erhalten habe. Es ist ein herrliches Mittel; und nichts mehr dabei zu bedauren, als daß es nur eine so kurze Zeit im Jahre zu haben ist. Jedem dürrsüchtigen, drüsenschwachen, abgezehrten Kinde sollte die Schnekkenbrühe so lange gegeben werden als nur Schnekken zu haben sind. — Man bedient sich der großen Gartenschnekken. Besser sind die weißen, als die braunen. 1 — 2 große Schnekken sind zu einer täglichen Portion mehr als hinreichend. Man zerquetscht sie, und kocht sie in reinem Wasser, bis etwa 1 bis 2 Tassen voll bleiben: dann seihet und drückt man dieß durch ein linnenes Tuch. Hiezu mischt man beliebigermaßen ein wenig Zukker (auch allenfalls etwas fein gestoßenen Zwieback) und läßt dieß dem Kinde Morgens, oder

halb Morgens halb Abends, austrinken. Jeden Morgen muß eine solche Portion frisch bereitet werden; zu welchem Ende man sich die Schnekken in Vorrath sammeln lassen, und in einem verdeckten irdenen Topfe aufbewahren kann. — Die Kinder nehmen die Schnekkenbrühe übrigens ganz gern; gewöhnen sich wenigstens sehr leicht daran. Der Gebrauch muß aber Monate lang fortgesetzt werden; oder noch besser, so lange irgend Schnekken zu haben sind.

Alle übrigen Speisen aus dem Thierreiche, hauptsächlich Fische, sind Kindern sehr schädlich; und ich selbst habe heftige Fieber daraus entstehen gesehen.

Zum Schlusse dieses Kapitels merke ich nun noch an, daß man bei vollblütigen, derben und festen, gesunden Kindern mit obigen Nahrungsmitteln (Schnekkenbrühe ist hier ganz überflüssig) ein wenig sparsamer zu Werke gehen muß. Am wenigsten aber darf man, wenn man das Kind nicht in Lebensgefahr bringen will, je den Gebrauch aussetzen, oder gar plötzlich davon abbrechen. Wenn ein Erwachsener,

der an Wein, Fleisch, und Gewürz gewöhnt gewesen ist, nun plötzlich Wasser trinken, und mageres Gemüse essen lernen soll: so bekommt das bekanntlich seiner Gesundheit sehr übel. Um wie viel mehr müßten ähnliche Veränderungen nicht auf das zarte Kind wirken! —

Achtes Kapitel.

Von den Nahrungsmitteln aus dem Pflanzenreiche, welche sich für Kinder eignen.

Schriebe ich für Mütter vom gemeinsten Schlage (ob hoch betitelt oder nicht): so würde dieß Kapitel sehr lang werden müssen. So z. B. würde ich über den vergiftenden Mehlbrei ein Langes und Breites zu reden haben. Aber das werde ich nicht! Nur für Euch, Ihr Mütter nah und fern, denen das Wohl ihrer Kinder aufrichtig am Herzen liegt, nur für Euren verehrungswürdigen Kreis schreibe ich diese Bögen. Bei Euch darf ich voraussetzen, daß gröbern Irrthümern zu entsagen Ihr längst be=

müht gewesen seyd. Ihr seht nun schon andern Anleitungen entgegen, was ihr ferner zu thun und zu lassen habt, um recht gute Mütter zu werden, und in der Gesundheit Eurer geliebten Kinder den süßesten Lohn erndten zu können. Jene Fühllosen, Unmenschlichen aber, deren Herzen, kalt und hart wie Klippen nordischer Gestade, selbst der allgewaltige Talisman der Mutterliebe nicht erwärmen, nicht erweichen konnte, — auf diese sollte eine schwache Feder wirken, welche nur nüzzen kann, wo sie guten Willen findet? Nein, dieser vergeblichen Arbeit möge sie sich nicht unterziehen: denn es würde mir der Erfolg nur eine bittere Erinnerung an Herzen geben, wie man sie in dem zarten weiblichen Körper nimmer erwarten sollte; auch würd' es demnächst mich reuen, daß ich indeß nichts Nützlicheres gethan. Nein, nein! zu diesen unnatürlichen Müttern mag ich nicht: mich schauderts vor ihrer Gesellschaft! Zu Euch, Ihr Guten, Ihr so innigst von mir Geachteten, die Ihr erschrokken Euch von jedem Irrthume, jeder Thorheit losreißt, sobald Euch nur gezeigt wird, daß und wie sie Eures Kindes oder

Eu-

Eurer eignen Gesundheit schade, — zu Euch nur wende ich mich. Bei Euch ist mirs so wohl, fühle ich es so lebhaft, daß des allmächtigen Schöpfers Meisterwerk keine Stümperarbeit sey; vergesse ganz, daß es auch unter eurem sanften Geschlechte fühllose, unbiegsame Geschöpfe gibt. Euch zu belehren, ist mir ein seliges Geschäft; ein Geschäft, welches mich tausend Mühseligkeiten dieses Erdenlebens, selbst jedes Leiden einer zu schmerzlichen Ahnungen berechtigenden Körperbeschaffenheit vergessen macht. — Drum kommt, und höret mich nun auch ferner noch! Vielleicht daß Euer Beispiel auf jene Fühllosen, Unmenschlichen noch etwas wirkt! —

Das Pflanzenreich liefert uns viel brauchbare, und trefliche Nahrungsmittel für die Kinder; schon vorhin habe ich z. B. der Salapwurzel gedacht. Aber die Nahrungsmittel aus dem Pflanzenreiche können für den jungen Körper auch die gefährlichsten werden. Das Leben, liebe Leserinnen, beruhet auf einer eignen, unbegreiflichen Kraft, welche wir Lebenskraft nennen. Allein, so wie im Stahle

der Funken schläft, und nur durch den anschlagenden Stein geweckt wird: so findet auch kein Leben Statt, wenn die Lebenskraft nicht durch gewisse Dinge zu gehöriger Thätigkeit geweckt, und demnächst darin unterhalten wird. Diese Dinge nennen wir Reize. Ohne Reiz findet keine Thätigkeit der Lebenskraft, also auch kein Leben Statt, ohne den Reiz des Lichtes kann unser Auge nicht sehen, ohne den der Luft unsere Lunge nicht athmen 2c. Allein je nachdem die Wirkung der Reize kräftiger oder schwächer ist; je nachdem ist auch die Thätigkeit der Lebenskraft lebhafter oder träger. Zu starker Reiz bewirkt übermäßige Lebensthätigkeit, schwacher aber zu geringe; und in der Mitte steht die Gesundheit. Auch die Speisen wirken so auf den Körper; aber der Grad ihrer Wirkung ist nach ihrer Beschaffenheit verschieden. Den geringsten Grad des Reizes bringen unsere einheimischen, zu Gemüsen gebräuchlichen Pflanzenspeisen hervor; weit stärker reizt Fleischnahrung, und zwar Fleisch in Substanz stärker, als bloß Fleischbrühe; und noch weit stärker das Gewürz.

Betrachten wir nun das zarte Kind, mit den merkwürdigen Veränderungen, die in seinem wachsenden, aufknospenden, sich entwikkelnden Körper vorgehen: so müssen wir einsehen, daß ihm eine übermäßige Anreizung der Lebenskraft eben so gefährlich sey, als ein Mangel an gehöriger Anreizung. Die Gefahr, welche aus einem zu viel, oder zu wenig entsteht, ist jezt größer als je in seinem ganzen künftigen Leben. Alle Theile des Körpers nehmen jezt an Umfange, wie an Festigkeit so ansehnlich zu. Auch zu diesen wichtigen Veränderungen trägt die Beschaffenheit der Speisen, und der Reiz, den sie hervorbringen, vieles bei. Diese müssen von solcher Art seyn, daß sie nicht nur den Säften die gehörigen Bestandtheile liefern, welche jezt erforderlich sind; sondern sie müssen auch durch ihren allgemeinen Reiz auf den Körper die Gefäße zu einer wahren Thätigkeit anfeuren. Wird den Säften nicht dasjenige zugeführt, was ihnen jezt erforderlich ist, und werden die Gefäße nicht zu gehöriger Thätigkeit angereizt: so kann daraus sehr begreiflich nichts anders als Schwäche entstehen. Und eben so entsteht auch Schwä-

che, wenn auf der andern Seite die goldne Mittelstraße überschritten wird, und das Kind solche Speisen bekommt, welche für seinen Körper zu stark reizend sind.

Hieraus erhellet wie groß die Gefahr sey, welche die Pflanzennahrung dem Kinde in den ersten Lebensjahren bringen könne. Gerade die Pflanzennahrung bringt den allerwenigsten Reiz auf den Körper hervor. Auch kann sie den Säften diejenigen Bestandtheile nicht liefern, welche ihm die Nahrung von thierischen Stoffen liefert, und wodurch die Theile ohne Zweifel fester und dichter werden. Wenn daher der Körper des Kindes bloß mit Pflanzennahrung, ohne alle Nahrung von thierischen Stoffen ernährt wird: so bekommt es nicht nur zu viel Schleim und zu wenig verdichtende Bestandtheile in seinen Körper; sondern es werden auch die Gefäße nicht in gehöriger Thätigkeit unterhalten, und diese Unthätigkeit zieht sehr bald eine Schwäche nach sich. In den Drüsen (welche aus einem künstlich verflochtenen Knaule der feinsten Gefäße bestehen) und in den feineren Gefäßen überhaupt, wo

der

der Umlauf ohnehin schon mit weniger Kraft von Statten geht, als in den größern Stämmen und Zweigen, — entstehen nun Stokkungen und alle Ab= und Aussonderungen in und an dem Körper werden fehlerhaft. Die Folge davon ist dann Drüsenverstopfung, Dürrsucht, Englische Krankheit, häßlicher Hautausschlag ꝛc.

Bloße Pflanzennahrung kann also dem Kinde sehr gefährlich werden; und es liegt hierin der Grund, daß die eben genannten Krankheiten sich am häufigsten bei den Kindern armer Leute, und solcher Vornehmern finden, welche in ihrer Geistesfähigkeit und Geistesbildung nicht besser sind, als die niedrigste Volksklasse. —

Und hieraus haben wir uns denn also die Regel zu ziehen, daß, so wie wir Fleischnahrung in Substanz dem Kinde nicht geben dürfen, uns auch vor stark reizenden Zusätzen zu Speisen zu hüten haben; eben so auch auf der andern Seite an Pflanzennahrung nie zu viel thun dürfen. Also nur die goldene Mittelstraße!

Soviel über die Pflanzennahrung überhaupt. Nun will ich von diesen Nahrungsmitteln im Einzelnen reden.

I) Mehl. — Hier hätte ich nun von dem Mehlbrei zu reden: allein ich werde mich nicht dabei aufhalten. Denn ich wiederhole es, daß ich mir nicht zutraue Mütter bekehren zu wollen, welche unmütterlich genug sind, ihrem Kinde in unsern Tagen noch Mehlbrei zu geben.

Die einzige Art das Mehl zu einer Kinderspeise möglichst unschädlich zu machen, ist, daß man es vorher dörret oder brennt. Eine Suppe (nicht Brei!) von gebranntem Mehle ist so ganz undienlich nicht. Es ist auch der Vorschlag geschehen, das Korn (Waizen) erst nässen, keimen (auswachsen) und trocknen, und dann erst mahlen zu lassen. Aber dieß dürfte nun vollends sehr unbequem seyn; und am Ende fragte es sich immer noch, ob der Nutzen davon der Mühe verhältnißmäßig wäre? Wozu überhaupt die gefährlichen Mehlspeisen; da wir mit eben so viel Bequemlichkeit und eben

so wenigen Kosten weit bessere Nahrungsmittel anschaffen können!

Aber auch außer den eigentlichen Mehlspeisen sind die meisten übrigen Bereitungen aus Mehl, es sey was es wolle, Gebakkenes, oder Gebratenes (vorzüglich wenn viel Butter, wol gar braune daran ist), Klump oder Klöschen, dem Kinde Gift. Frisches Kuchenwerk hat schon manchem Kinde die heftigsten Krankheiten, ja den Tod selbst zugezogen. Ich will also nur noch von einigen andern Bereitungen aus dem Mehle reden, welche von obiger Regel ausgeschlossen, und gar nicht undienlich sind.

1) Zwieback, oder Wekke, gut ausgebakken, und so trokken, daß man einen Mörser zum Stampfen, oder eine Reibe zum Reiben nöthig hat. Dieß ist das Schicklichste, womit der Anfang gemacht werden kann, das Kind zu einer Nahrung in Substanz zu gewöhnen; obgleich man davon nichts weniger als ein kräftiges Nahrungsmittel zu erwarten hat. Schon im zweiten Monate kann man

mit

mit einem halben Quentchen anfangen, und allmählig so steigen, daß zu Ende des dritten Vierteljahres etwa 1 bis 2 Loth täglich verbraucht werden. Jede Woche kann etwa ½ Quentchen zugelegt werden. In der ersten Zeit thut man wohl, den Zwieback erst einzuweichen. Man zerstoßt, oder zerreibt ihn nemlich fein genug, gießt eine hinlängliche Quantität süßer Molke darauf, und läßt es so in einem wohlverdeckten Gefäße stehen. Es ist aber durchaus nothwendig, daß dieß täglich frisch bereitet werde. Zum Gebrauche gießt man demnächst Milch oder Fleischbrühe darauf, (nach Befinden der Umstände auch wol etwas Eigelb) und gibt es dem Kinde lauwarm. In der Folge thut man wohl, von dem vorherigen Einweichen allmählig abzubrechen: damit der Magen des Kindes sich allmählig an etwas härteres, und festeres gewöhne. Auch ist es gut diesen Zwiebacks-brei im Anfange etwas flüssig zu machen; in der Folge aber konsistenter.

2) Brod. — Im ersten Lebensjahre sollte das Kind überhaupt noch kein Brod zu essen bekommen; da es noch keine Zähne zum Zerbei-

beißen hat, und seine Kinnladen noch nicht zum Käuen bewegen kann. Doch mögte gut ausgebakkenes Weißbrod im ersten Jahre, wol getrocknet und gepülvert, statt des Zwiebacks zum Breie genommen werden; und im zweiten Lebensjahre, vorzüglich am Ende desselben, könnte das Kind ein nicht frisches, gutes Weißbrod bei der Mahlzeit, oder zuweilen ein Stückchen davon allein zu essen bekommen. — Das schwarze Brod aber, oder überhaupt das Rokkenbrod, ist der gefährlichsten Nahrungsmittel eines, ist viel zu unpassend für die noch zu ungeübten Verdauungskräfte des Kindes. Vor dem dritten Lebensjahre sollte man es keinem Kinde geben. Ich habe die unheilbarsten Dürrsuchten entstehen gesehen, wovon der übermäßige Genuß des groben Brodes offenbar eine der ersten Ursachen war. Am schädlichsten ist es stark gesäuret, frisch, und schlecht ausgebakken.

3) Graupen, Gries, Hafergrütze, Nudeln. Alle diese Dinge will ich zusammenfassen, und sie hier abhandeln, weil sie doch auch alle aus Korn oder Mehl bereitet

werden. Mäßig gebraucht, und mit Fleischbrühe, oder Milch, oder allenfalls auch mit Bier, und nach Befinden auch mit Eigelb bereitet, sind es ganz gute Nahrungsmittel, welche vorzüglich im zweiten Lebensjahre dienlich und bequem sind. Auch im ersten Jahre sind sie besonders für schwache, abgezehrte Kinder gut; wie auch bei Durchfällen. Durch vorheriges Schlämmen muß man aber den feineren Mehlstaub erst abzusondern suchen. Auch darf man das daraus Bereitete durchaus nicht mehrere Tage stehen lassen; weil es sonst leicht sauer wird, und dann dem Kinde schädlich ist.

So viel über die Bereitungen aus unserm einheimischen Fruchtkorne. Nun auch einige ausländische Produkte aus dem Pflanzenreiche. Also:

II) Reis, Sago, Salap. — Ein herrliches Kleeblättchen, welches entschieden den Vorzug vor aller andern Pflanzennahrung verdient, und das dienlichste ist, was man irgend aus dem Pflanzenreiche Kindern ge-

geben kann. Es passen diese Nahrungsmittel in jedem Lebensalter, und sind zugleich kräftige Stärkungsmittel für magere, schwächliche Kinder. Bei Auszehrungen, Dürrsuchten, Drüsenschwäche, Durchfällen, thun sie vortrefliche Dienste; und ihr fortgesetzter Gebrauch kann manchem Kinde das Leben erhalten. — Was den Reis anbetrifft, so thut man, wenigstens bei Kindern im ersten halben Jahre, wohl, ihn erst zu waschen, schnell zu trocknen, dann zu Pulver zu zerstoßen, und dieses Pulver mit Milch oder Fleischbrühe gekocht zu geben. — Den Sago gibt man entweder mit Milch gekocht, oder, wo es verstattet werden kann, mit Bier und Eigelb. Man hat jetzt auch einen sogenannten teutschen Sago. Ob auch dieser zu einer Kinderspeise wirklich brauchbar sey, kann ich noch nicht sagen, da ich ihn noch nicht anders als nur dem Namen und der Beschreibung nach kenne. — Von der Salapwurzel ist schon die Rede gewesen. Man kauft das Pulver davon auf der Apotheke um einen sehr billigen Preis. Es ist also auch ein wohlfeiles Nahrungsmittel.

Zugleich unter dieser Rubrik mögte ich auch das bekannte Isländische Moos, auch Brokkenmoos genannt, erwähnen. Da eine Abkochung davon allen schwachen, abgezehrten Kindern ein herrliches Stärkungs- und Nahrungsmittel ist. Man läßt etwa ein Loth trokkenen zerriebenen Brokkenmooses mit einem halben Maaß Wasser bis zur Hälfte einkochen, preßt es dann fest durch ein Tuch, und kann es mehrere Tage zum Gebrauch aufheben. Man gibt davon den Kindern jeden Tag so viele recht große Eßlöffel voll, als sie Monate alt sind; mit süßer Molke verdünnt und angenehmer von Geschmack gemacht.

III) Nun zu unsern einheimischen Gemüsen und Küchenkräutern.

Schon der berühmte Locke räth in seinem Handbuche der Erziehung, man solle die Kinder frühzeitig genug essen lassen, wovon ihnen beliebte, und was die Erwachsenen äßen. Verschiedene Neuere haben es ihm nachgesprochen. Allein so großen Nachtheil die Verzär-

te-

telung der Kinder bringt: fast eben so großen Nachtheil bringt es, sie zu früh wie Erwachsene behandeln zu wollen. Der Magen sowohl, als auch alle übrigen Verdauungs- und Ernährungswerkzeuge sind bei dem zarten Kinde noch lange nicht in einem so vollkommenen Zustande, wie bei dem Erwachsenen: daher werden sie noch nicht vertragen können, was die des Erwachsenen vertragen. Locke und seine Anhänger beziehen sich nun zwar auf die derben, gesunden Kinder der Landleute, welche gleich früh sich an die Nahrung des Erwachsenen zu gewöhnen angehalten würden. Aber hier liegt ein eben so großer Irrthum zum Grunde, wie bei der Behauptung, daß die alten Teutschen, und auch noch jetzt gewisse rohe Völker, ihre Neugebornen durch kaltes Bad abgehärtet hätten und noch abhärteten. Bei dergleichen kalten Bädern blieben und bleiben die schwächlichen Kinder in der Probe; nur die stärkern überstehen diesen grausamen Versuch: daher ist es gar nicht zu verwundern, wenn man die übrig gebliebenen Kinder stärker sah oder sieht, als bei andern, nicht so barbarischen Nationen. Eben so auch mit dem frühen Gewöhnen der

Kin-

Kinder an alle Speisen des Erwachsenen. Von denen, wo der Versuch übel abgelaufen ist, schweigt man: nur die führt man zu Beispielen an, bei denen eine natürliche Stärke die Probe unschädlich gemacht hat. Es glaube doch ja keiner, daß die Kinder des Landmannes im Durchschnitte bloß davon so gesund werden, daß sie frühzeitig alle Speisen essen lernen. Die angeborne derbe Körperbeschaffenheit, der beständige Aufenthalt und die Bewegungen in der frischen, reinen Luft, der Mangel an Lekkereien 2c. dieß ist es, was größtentheils die Kinder des Landmanns gesunder erhält, wie die in den Städten. Aber übrigens fehlt es unter den Kindern der Landbewohner doch fürwahr auch nicht an schwächlichen und kränklichen; man darf sich keineswegs unbedingt darauf beziehen.

Ich erinnere hier an eine sehr bekannte Wirkung, welche die Gemüse auch bei Erwachsenen hervorbringen: nemlich die Erzeugung oder Vermehrung einer Neigung zum Schleime. Diese Wirkung bringen sie theils dadurch hervor, daß sie selbst zu viel Schlei-

mig-

michtes enthalten, theils durch eine zu geringe Anreizung der Drüsen und ausduftenden Gefäße. Es liegen nemlich fast allenthalben im Körper, hauptsächlich im Unterleibe, und in der Brust, eine Menge feiner Drüsen, worin gewisse Säfte bereitet werden; auch öffnen sich auf den innern Oberflächen eine Menge unendlich feiner Gefäße, welche unaufhörlich einen gewissen Duft aushauchen, der die Theile glatt und schlüpfrig erhält. Wenn nun diese Drüsen, und ausduftenden Gefäße irgend erschlafft werden: so wird diejenige Feuchtigkeit, welche sie bereiten, oder ausduften, zu zäh, kann nicht wohl ausgeleert werden, und häuft sich so an. Das Beispiel des Schleim-ausflusses aus der Nase beim Schnupfen, im zweiten Zeitraume der Krankheit wird dieß am besten erläutern: denn auch hier ist nun, nach der vorherigen zu starken Reizung der Schleimhaut der Nase, eine Erschlaffung derselben eingetreten. Eben so entsteht die Neigung zu Verschleimung in dem Unterleibe oder in der Brust, wenn irgend die Drüsen und ausduftenden Gefäße, ihre Schuldigkeit nicht thun. Und insofern nun eine bloße Pflanzennahrung zu wenig

Reiz auf den Körper hervorbringt, die Thätigkeit seiner Theile zu wenig beschäftiget: insofern erzeugt oder befördert sie Erschlaffung, und, mittelst deren, Neigung zu Schleimanhäufungen. Bei dem Kinde noch weit mehr als bei dem Erwachsenen; weil Kinder, wegen der geringern Festigkeit ihres Körpers, überhaupt zu Krankheiten aus Schlaffheit, mithin auch zu Verschleimungen, geneigter sind. Um so mehr in der ersten großen Entwikkelungsperiode, wo auch mit den Drüsen so wichtige Veränderungen vorgehen.

Wenn ich nun aber den übertriebenen Genuß des Gemüses und der Pflanzennahrung überhaupt für Kinder, als schädlich darzustellen suche: so folgt daraus nun noch nicht, daß dieß auch von einem mäßigen, und den Umständen angemessenen Gebrauche gelte. Nein, ich selbst habe mich des Lächelns oft nicht enthalten können, wenn ich manchen meiner Amtsbrüder vor einer einzigen Kartoffel, einer einzigen Messerspitze voll Kohl warnen hörte, als werde selbst das gesundeste Kind unausbleiblich dadurch vergiftet werden. Dieß ist wieder auf

der

der andern Seite die Sache übertreiben. Denn so unbedingt schädlich ist das Gemüse keineswegs, daß ein gesundes Kind nicht zuweilen ohne allen Schaden sollte davon essen können. Auch hier gibt es einen Mittelweg: warum diesen nicht wählen?

Wir wollen also gewisse aus der Natur der Sache folgende Vorsichtsregeln über den Gebrauch des Gemüses zwar nicht unbeachtet lassen; aber sie doch auch nicht weiter, als folgender Gestalt ausdehnen:

1) Vor Ablauf des ersten Lebensjahres bekomme auch das gesundeste Kind kein Gemüse; weil sein Magen schwerlich früher in dem dazu erforderlichen Stande seyn dürfte. Bei schwächlichen Kindern hingegen sollte man noch etwas länger zögern.

2) die ersten Gemüse, welche das Kind zu essen bekommt, seyen leicht und gut nährend. Die schwerern, blähendern verspare man noch eine ganze Weile. Auch gewöhne man das Kind nur möglichst allmählig an die Pflan-

zennahrung: was ohne alle Umstände und Beschwerde geschehen kann.

3) Im Anfange wenigstens sollte jedes Gemüse mit Fleischbrühe bereitet seyn. Ich habe schon angeführt, daß die Fleischbrühe reizend wirke: sie ersetzt daher einen Mangel an Reiz bei dem Gemüse. — Aber jeden Zusatz von Schweinefett, oder gar von gebratenem Speck vermeide man durchaus, wenn man das Kind nicht in die Gefahr der tödlichsten Koliken, oder scheußlicher Hautausschläge versetzen will.

4) Kinder, welche viel, ja den ganzen Tag in freier Luft umher laufen, und gute Verdauung haben, dürfen mehr Gemüse essen, als solche, welche fast den ganzen Tag im Zimmer gehalten werden, schlechte Verdauung haben, und zu Schleim, Säure, oder Blähungen geneigt sind, dikke Leiber haben, öfters geschwollene Halsdrüsen bekommen, zu Hautausschlägen geneigt sind. In allen diesen Krankheiten und Krankheits = anlagen ist zu viele Pflanzennahrung, hauptsächlich vieles Gemüse, zumal das blähende, schädlich: die oben

genannte Nahrung aus dem Thierreiche ist hier durchaus nothwendig.

Bei richtiger Beachtung dieser Vorsichtsregeln wird man sicher aller Gefahr entgehen, welche der Gebrauch des Gemüses für Kinder mit sich bringt. — Nun wollen wir die gebräuchlichsten Gemüse der Reihe nach durchgehen.

1) Kohl, und Kohlarten. — Der Blumenkohl verdient vielleicht vor allem den Vorzug: denn er ist nicht ohne nährenden Schleim. — Der Spinatkohl ist eins der dienlichsten Gemüse; vorzüglich wenn er gescherbt bereitet ist. Aber auch ein grüner Kohl, vorzüglich ein mit Schaafgarbe (hier zu Lande auch Röhls *) genannt) auch wol mit Brennessel bereiteter ist nicht undienlich. Minder zuträglich ist der weiße Kohl. Ungescherbter, oder unzerschnittener Braunkohl ist um so weniger dienlich, je älter

*) Achillea millefolium L.

älter er ist: denn seine vielen zähen Fasern beschweren den Magen sehr. Sauerkohl (Sauerkraut) ist keinem Kinde dienlich; es sey dann einem starken, gesunden, am Ende des zweiten Lebensjahres. — Noch muß ich die Kohlrüben hieher rechnen. Es finden sich darin zuweilen harte, steinigte Stellen, und zähe Fasern: alsdann sind sie sehr schädlich.

2) Hülsenfrüchte. — Von frischen Hülsenfrüchten bedienen wir uns im Sommer hauptsächlich nur der Erbsen. Wenn diese jung, und weich genug sind, mögen sie Kindern immerhin gegeben werden. Getrocknet sind sie aber eine schwer verdauliche Speise, welche, wenn sie Kindern öfter (zumal unzerrieben, undurchgesiebt und wol gar mit gebratenem Speck) gegeben werden, sie sicher um ihre Gesundheit bringen wird. — Die großen Bohnen (Lupinen), welche man des Sommers wol den Erbsen beimischt, sind Kindern um so weniger dienlich, wenn die zähe, lederartige Haut nicht erst davon abgezogen ist. — Die trocknen Vitsbohnen blähen sehr und nähren wenig, sollten daher Kindern, haupt-

sächlich schwachen, durchaus nicht gegeben werden. Und da ich nun einmal bei den Vitsbohnen bin, will ich auch gleich der Schaalen gedenken, welche man im Sommer, und Herbste zerschnitzelt ißt, und auch für den Winter davon in den Haushaltungen getrocknet, oder auf andere Art aufbewahrt. Frisch und jung sind sie eine recht gute Speise: nur müssen die Fasern davon gehörig abgezogen werden, welche sonst den Magen sehr beschweren. Im Herbste, wenn sie harsch zu werden anfangen, sind sie nicht gut zu verdauen. Getrocknet aber, und dann im Winter erst eingeweicht, eh sie gekocht werden, sind sie vollends eine sehr schwer verdauliche, undienliche Kost. Weit besser ist es, sie unzerschnitten, und mit Salz sorgfältig eingepökelt, für den Winter aufzubewahren; dann bleiben sie fast so weich als die frischen im Sommer. — Linsen blähen weniger als Erbsen und Bohnen. Gesunde Kinder mögen sie zu Ende des zweiten Lebensjahres mit Fleischbrühe gekocht genießen. Mit Essig bereitet sind sie vorzüglich schädlich, wo der geringste Hang zur Säure ist.

3)

3) Andere Küchenkräuter. — Von allem Kräuterwerke, es sey den Suppen beigemischt oder als Gemüse bereitet, ist fast nichts dem Körper im geringsten nützlich; da fast nichts Nährendes darin enthalten ist. Vielmehr blähet es, und ist, wegen der vielen Fasern, unverdaulich. Man lese es also aus den Suppen heraus, die man dem Kinde etwa von dem Tische der Erwachsenen geben mögte.

4) Wurzeln. — Die gelben Möhren (Karotten) zumal die jungen, sind längst als eine dienliche Kinderspeise bekannt: nur muß das harte Mark zuvor sorgfältig herausgenommen werden. Man hat sie auch gegen Würmer empfohlen. Der ausgepreßte, eingedickte Saft ist ein schickliches Nahrungsmittel für gesunde, starke Kinder im zweiten Jahre, die viel Bewegung haben. Kindern, die an schwacher Verdauung, Säure, Durchfällen, und Blähungen leiden, ist er schädlich. Man gibt ihn auf Brod. — Zukkerwurzeln, Pastinaken, Skorzonerwurzeln sind frisch, und ihres harten Markes zuvor beraubt, dienlich. — Rüben sind nur

dann

dann dienlich, wenn sie frisch, weich, und süß von Geschmack sind. Den Vorzug verdienen die in einem sandigen Boden gewachsenen: vorzüglich die bekannten Märkschen oder Teltower.

Die Kartoffeln aber werde ich vollends hier nicht übergehen dürfen. — „Nun „da werden wirs hören, Frau Schwiegermut„ter, wie sehr ich neulich Ursach hatte, mit „Ihnen zu zanken, da Sie meinem Frizchen „eine Kartoffel gegeben hatten!" Ach nein, gute, sorgsame Mutter! für dasmal hast du denn doch der Frau Schwiegermutter unrecht gethan, und (im Vertrauen gesagt) für dasmal würde ich der alten Schwiegermutter einmal den Triumph zusprechen müssen, wenn nicht für die Folge große Mißbräuche davon zu befürchten stånden. Die Kartoffeln an und für sich sind nichts weniger als eine undienliche Speise. Sie enthalten ein feines Kraftmehl, und werden dadurch zu einem zwar sehr leichten, aber doch kräftigen Nahrungsmittel. Die Furcht vor den Kartoffeln ist also nicht nur im ganzen genommen ungegründet, sondern auch überdem aufs höchste übertrieben. Ich weiß, daß

man selbst schon fast zweijährigen Kindern nicht eine einzige Kartoffel zu essen verstatten wollte, aus Besorgniß, das Kind mögte unvermeidlich dadurch verfüttert werden. Durch eine einzige Kartoffel! So groß ist ihr übler Ruf! Man muß aber dabei bewundern, wie sehr der menschliche Geist von einem einmal gefaßten Irrthume verblendet werden kann. Schwarzes Brod, welches doch weit schwerer zu verdauen ist, sieht man oft denjenigen Kindern sorgenlos geben, welche man mit ein paar Kartoffeln, die doch weit leichter und feiner sind, zu vergiften fürchtet. Das schwarze Brod, welches keine der seltensten Ursachen von hartnäkkigen Kinderkrankheiten ist, findet sich im gemeinen Leben (selbst bei manchen Aerzten) auf dieser Liste nicht: aber die Kartoffeln prangen allenthalben oben an, und von englischer Krankheit, Dürrsucht, bösem Kopfe rc. sollen sie zu den häufigsten Ursachen gehören. Aber gewiß! wir versündigen uns an dem Mittel, welches in den letztern theuren Jahren so manche dürftige Familie nicht nur vor dem Hungertode geschützt, sondern ihnen auch vielleicht besser die Gesundheit erhal-

halten hat, als schlechtes Schwarzbrod. Man gibt den Kartoffeln Schuld, sie blähen und beschweren den Magen. Allein wenn man bedächte, daß gerade Hypochondristen und sonst schwache Mägen die Kartoffeln meistens recht gut vertragen, wenn sie auch sonst fast gar keine Pflanzenspeise vertragen; und daß man überhaupt nach keiner Pflanzenspeise eher wieder hungrig werde, als nach den Kartoffeln: so würde man sich jedes Rechtes begeben, die Kartoffeln eine unverdauliche schädliche Kost nennen zu dürfen. — Zwar will ich nun auch gern zugeben, daß aus dem übermäßigen Gebrauche der Kartoffeln für Kinder Krankheiten entstanden sind: allein wie kann ein Nahrungsmittel bloß darum verworfen werden, weil es bei Mißbrauche schadet! Die Kartoffeln enthalten vielen Nahrungsschleim, aber wenig reizende Bestandtheile. Wird der Mangel der letztern auf irgend eine andere Art ersetzt: so werden sie zu einem sehr schicklichen Nahrungsmittel. Dieß bestätigt die tägliche Erfahrung; und ich wenigstens habe bei einem mäßigen Gebrauche der Kartoffeln noch nie Krankheiten entstehen gesehen. Auch wurden

die Kinder eben so klug, als andere, vor den Kartoffeln bewahrte: obgleich man den Kartoffeln auch eine schädliche Einwirkung auf die Verstandeskräfte hat zuschreiben wollen. Aber wenn manches Kind in Reinlichkeit und Bewegung, auch wol sonst noch in der Wartung vernachlässigt ist, dann geht die Schuld oft auf die armen unschuldigen Kartoffeln aus! -- Es bleibt also dabei: die Kartoffeln enthalten nichts, was unbedingt schaden könnte, und sind keineswegs ein verwerfliches Nahrungsmittel für Kinder. Aber so wie auch die beste Sache durch Mißbrauch, oder unschickliche Anwendung schaden kann; so auch die Kartoffeln. Wir wollen uns daher einige Regeln über ihren Gebrauch aufstellen; und zwar folgende:

1) Kinder, welche nicht viel Bewegung haben, dürfen nicht so viel Kartoffeln essen, als diejenigen, welche den ganzen Tag in freier Luft umherlaufen. Hieraus folgt denn nun freilich auch, daß sie Kindern im ersten Lebensjahre weniger dienlich sind, als denen im zweiten, oder gar im dritten. — Aber auch die Reinlichkeit, welche überall eins der

ersten Erfordernisse zu der Gesundheit ausmacht (besonders bei Kindern) darf bei dem häufigen Gebrauche der Kartoffeln nicht vernachlässigt werden.

2) Kinder, welche eine schlechte Verdauung und sparsame Leibesöffnung haben, sollen weniger Kartoffeln essen, und nie ohne Fleischbrühe. Die Verdauungswerkzeuge sind hier einem trägen Pferde zu vergleichen, welches erst die Sporen verlangt, eh' es sich nur zum mäßigen Trabe bemühet. Kartoffeln reizen hier zu wenig; und wenn nicht der kräftigere Reiz der Fleischbrühe hinzukommt, werden die Kartoffeln nicht gehörig verdauet; der daraus entstehende Speisesaft kann, als zu schleimig, von den unthätigen Ernährungsgefäßen nicht aufgenommen und umhergeführt werden. — Ueberhaupt gebe man die Kartoffeln, wo möglich, immer mit Fleischbrühe. In dieser Verbindung sind sie vollends gar ein vortreffliches Nahrungsmittel: denn sie selbst enthalten feinen Nahrungsschleim, und durch die Fleischbrühe wird ihr Mangel an reizenden Bestandtheilen ersetzt.

3) Man wähle auch eine gute Art der Kartoffeln aus. Diejenigen Arten, welche ein schweres, grobes Mehl enthalten, und, gekocht, leicht zerbrökkeln, sind nicht dienlich. Wohl aber desto dienlicher die, welche ein feines, süßes Fleisch enthalten, und, gekocht, nicht so leicht zerbrökkeln. Unter den mir bekannten Arten sind die kleinen Zukkerkartoffeln (auch Suppenkartoffeln) und eine andere Art mit fast schwarzer Schale und äußerlich etwas schwärzlichem Fleische (man nennt sie, glaube ich, Spanische) die vorzüglichsten.

Endlich will ich nun auch noch anführen, daß das aus den Kartoffeln bereitete Kraftmehl schicklicher zu Kinderspeisen angewandt werden könne, als das gewöhnliche Waizenmehl, oder gar Rokkenmehl.

Eh ich mich jedoch von allen diesen Arten von Gemüsen wende, muß ich noch des Salates gedenken, den man in den Haushaltungen daraus zu bereiten pflegt, und wozu man auch wol eigne Arten von Kräutern wählt. Dergleichen ist aber durchgehends dem Kinde um

so weniger dienlich, je mehr man Spuren einer schlechten Verdauung bei ihm bemerkt. Vollends wenn der Salat mit vielem Fette und scharfer Säure bereitet ist.

4) Zwiebeln, sind ohne Ausnahme Kindern schädlich, verursachen Blähungen, Leibschneiden, und häßliche Haut-ausschläge; wozu die Kinder ohnehin so geneigt sind. Selbst im dritten Lebensjahre, und später noch, sind sie zu widerrathen; da die Neigung zu Haut-ausschlägen bei den Kindern gemeiniglich frühstens bis ins siebente Jahr dauert. Ich dächte es könnte auch wol nichts leichter bei den Kinderspeisen entbehrt werden, als alles Zwiebelwerk.

IV) Das Obst. — Hierüber sind fast von jeher die Meinungen sehr getheilt gewesen: einige hielten es für die gesundeste Speise, andere für schädlich. So ist man auch nicht einig gewesen, ob man es Kindern geben dürfe. Was mich anbetrifft, so sehe ich zwar nicht ein, wozu das Obst den Kindern eben sonderlich nüzzen solle, da es so gar viel Nahrsaftes nicht enthält:

hält: aber für unbedingt schädlich halte ich es auch nicht. Nur durch Uebermaß kann es schädlich werden, und man hat sehr richtige Beobachtungen, das es bei einigen Kindern allerdings Krankheiten hervorgebracht habe. Es verursacht Blähungen, hat fast gar keine reizenden Kräfte, und wird daher nicht ganz leicht verdauet. Hienach ist seine Wirkung zu beurtheilen, und hieraus erhellet auch, daß es allerdings unter gewissen Umständen schaden könne: nemlich je mehr es die genannten Eigenschaften enthalte, oder je minder der Körper der es genieße, geschickt sey, jene Eigenschaften ohne Nachtheil zu ertragen. Wir wollen hieraus folgende Vorsichtsregeln ziehen:

1) Vom zweiten Lebensjahre an versage man den Kindern zwar das Obst nicht; übertreibe es aber auch nicht mit dem Gebrauche, so daß wol gar der Obstkorb nicht vom Tische käme.

2) Kinder welche schwache Verdauung, und wenig Bewegung haben, auch die welche zu Erbrechen und Durchfällen geneigt sind, dürfen

sen weniger Obst essen, als die welche gesund verdauen, und den ganzen Tag umherlaufen.

3) Man gebe nie zu viel auf einmal: sonst wird der Magen zu sehr dadurch ausgedehnt, und man läuft Gefahr dadurch erst eine Verdauungsschwäche hervorzubringen.

4) Man gebe es immer nur zu einer Zeit, wo der Magen mit voller Stärke darauf wirken kann. Dieß ist: a) des Morgens. Am Morgen gehen alle Verrichtungen lebhafter von Statten: also auch die des Magens. Am Abend ist die Verdauung bei weitem so stark nicht mehr; und im Schlafe verdauet der Mensch gar nicht. Daher gebe man das Obst nicht spät Abends, am wenigsten in großen Quantitäten, und so spät, daß das Kind mit dem vollen Magen einschliefe. Zu den gewöhnlichsten Uebeln, mit denen man sonst zu kämpfen haben wird, gehört auch das nächtliche Benetzen der Betten. — b) Wenn der Magen leer ist. Ein schon durch andere Speisen ausgedehnter Magen hat schon zu diesen seine Kraft nöthig; und nur bei mäßiger Ausdehnung kann er mit

voller Kraft auf das in ihn Gebrachte wirken. Durch den Genuß des Obstes würde er nun übermäßig aufgeblähet werden; dadurch würde er in seiner Wirksamkeit gehindert, und die Verdauung könnte nicht gehörig von Statten gehen. Würden diese übermäßigen Ausdehnungen zu öfter wiederholt, so würde eine Schwäche die unvermeidliche Folge davon seyn. Aus diesem Grunde ist es überhaupt sehr undienlich, zu Ende der Mahlzeit viel Obst zu essen; hauptsächlich zu Ende der Abend-mahlzeit, wo, wie gesagt, ohnehin die Verdauung minder lebhaft von Statten geht. Der Erwachsene kann sich dadurch eine Verdauungsschwäche zuziehen: um wie viel mehr nun nicht das Kind, dessen Verdauung ohnehin weit schwächer ist! Man gebe also dem Kinde nie unmittelbar nach der Mahlzeit Obst, am wenigsten unmittelbar nach dem Abend-essen.

5) Das Obst selbst sey durchaus reif. Jedes unreife Obst ist völlig unverdaulich, und scheint überdem auch noch gewisse andere schädliche Stoffe zu enthalten, welche demnächst erst durch die sich entwikkelnde milde Säure verfertigt werden.

6) Man wähle auch nicht ohne Behutsamkeit die Art des Obstes aus, welche man geben will. Die eine Art des Obstes ist weit minder dienlich als eine andere; und einige Arten sollten Kindern gar nicht gegeben werden. Hiezu ist nöthig, die verschiedenen Arten des bei uns einheimischen und gebräuchlichen Obstes erst einmal nach einander zu betrachten. Von den Citronen, und dergleichen fremden Obste schweige ich, weil ich nicht erwarten darf, daß man dieß Büchelchen in Italien lesen werde.

A) Beeren.

a) Erdbeeren. Unstreitig eine der gesundesten Obst-arten! Ganz reif enthalten sie einen nicht ganz unkräftigen Nahrungsschleim, und ihre Samenkerne haben eine reizende Eigenschaft. Unter allem Obste blähen sie am wenigsten, und selbst Hypochondristen pflegen sie wohl zu vertragen. Auch Kindern sind sie daher dienlicher, als irgend ein anderes Obst. Am dienlichsten sind jedoch die wilden Holzerdbeeren: die großen Garten-erdbeeren schwächen und blähen weit mehr. Nur müssen sie

ganz reif seyn. Am besten gibt man sie Morgens nüchtern, ohne allen Zusatz: denn Wein dient Kindern nicht, und ein Zusatz von Milch ist ungereimt, da die Erdbeeren eine Säure enthalten, und das Saure sich nicht mit der Milch verträgt. Ein Zusatz von Zukker mögte noch hingehen, nur dürfte kein Zimmet damit vermischt seyn: denn der ist für Kinder viel zu reizend.

b) Johannisbeeren (Ribs), sind sehr blähend, und durch ihre gänzlich unverdaulichen Häute und Saamenkerne beschweren sie den Magen sehr. Mittelst der Säure ist ihre Wirkung, wie von allen säuerlichen Sommerfrüchten, schwächend. Daher sind sie hauptsächlich jüngern Kindern gar nicht zuträglich. Aber auch denen die schon über das zweite Jahr hinaus sind, sollte nur sehr mäßig davon gegeben werden.

c) Stachelbeeren blähen ebenfalls sehr, und beschweren durch ihre Häute und Saamenkerne den Magen noch mehr als die Johannisbeeren.

d) Him-

d) Himbeeren blähen wol unter allen Sommerfrüchten dieser Art am meisten. Sie schwächen die Verdauung außerordentlich, und ich selbst habe auf einen zu reichlichen Genuß derselben die heftigsten Koliken und Durchfälle entstehen gesehen. Kindern sollte man sie durchaus nicht geben. Ihr Gebrauch erfordert auch in der Hinsicht immer große Vorsicht, da sich viele Würmer in ihnen finden. —

Fast dasselbe, nur im minderem Grade, gilt von den Brombeeren.

e) Heidelbeeren (Preußelbeeren) und Kronsbeeren. Diese, leider nur in bergichten Gegenden zu findenden Beeren sind unbedingt allem übrigen Obste weit vorzuziehen. Für die Bergbewohner sind sie bei den öftern Abwechslungen von warmen Tagen und kalten Nächten, eine wahre Wohlthat, und der große Lentin hat es in seiner Beschreibung der Krankheiten des Oberharzes bereits angeführt, daß die Krankheiten daselbst sichtbar sich vermehrt, wenn es an jenen Sommer-

früchten gemangelt hätte. Die Heidelbeere *) hat einen zusammenziehenden, anhaltend stärkenden Bestandtheil in sich; wie schon das angenehme Herbe ihres Geschmakkes hinlänglich zu erkennen gibt. Daher ist sie auch dem Bergbewohner als ein bewährtes Mittel zu Stillung hartnäkkiger Durchfälle bekannt, und wird zu diesem Zwekke häufig angewandt. Auch ich selbst habe es vielfältig bestätigt gesehen, daß sie diese Wirkung in einem nicht geringen Grade hervorbringe. Vermöge dieser Wirkung ist sie auch vorzüglich solchen Kindern sehr zuträglich welche an Verdauungsbeschwerden und einer Neigung zu Durchfällen leiden. Bei einer Neigung zu Verstopfung hingegen dienen sie nicht. Daß sie übrigens den Stuhlgang schwarz färben, ist bekannt. Man kann sie entweder roh essen lassen, oder in Suppen, oder zu einem Muse gekocht. Nur vermeide man dabei jeden Zusatz von Zukker oder Syrup: denn dadurch wird ihre gute Wirkung zum Theil wieder vernichtet. Auch kann man sie trocknen und in dieser Gestalt lange aufbewah-

ren.

*) Vaccinium mirtyllus L.

ren. — Die Kronsbeere *) hat, wenn sie ganz reif ist, ein gewisses nicht unangenehmes Bitter, wodurch sie einige stärkende Kräfte für Magen und Gedärme erhält. Sie wird daher, bei mäßigem Gebrauche auch schwachen Kindern keinesweges nachtheilig werden. Nur wiederhole ich es, sie muß ganz reif seyn: denn unreif ist sie sehr schädlich, kann Erbrechen, Betäubung, und andere übele Zufälle mehr veranlassen. Am besten ist es, sie roh, und unvermischt zu geben: jeder Zusatz von Süßigkeiten ist schädlich.

f) Weintrauben können Kindern sehr schädlich werden: theils wegen ihrer zu vielen und zu großen Säure, theils wegen ihrer häutigen Schaalen, theils wegen ihrer Kerne, theils auch vermöge der beträchtlichen Kälte, welche sie auf Magen und Gedärme hervorbringen, und diese wichtigen Theile dadurch schwächen. Ich habe nichts dawider, wenn man einem ganz gesunden Kinde dann und wann, zu einer schicklichen Zeit, ein paar Beeren

*) Vaccinium vitis Idaea. L.

ten von einer reifen Traube geben will: aber Kindern von schwacher Verdauung und Neigung zu Durchfällen, würde ich sie durchaus nicht verstatten.

g) Der Hagebutten*) muß ich doch nun auch noch gedenken. Zwar werden sie nicht roh genossen: aber getrocknet, und eine Suppe davon bereitet, oder wie jedes andere trockne und gekochte Obst zubereitet und genossen, sind sie gar nicht undienlich. Sie enthalten einen nicht unangenehm herben, zusammenziehenden Bestandtheil, und sind vorzüglich bei Verdauungsschwäche, Neigung zu Durchfällen ꝛc. heilsam.

B) Kernfrüchte.

a) Der Apfel ist ohne Zweifel eine der gesundesten Obst-arten, wenn er nur ganz reif ist. Die edlern Arten, z. B. der Pipin, Pigeon, die Calville ꝛc. verdienen freilich wol den Vorzug: aber auch die übrigen gewöhnlichern und häufigern Arten sind brauchbar, und können

nen

*) Rosa canina und villosa L.

nen Kindern gegeben werden; wenn nur zur gehörigen Zeit, und nicht im Uebermaaße. Nur glaube ich bemerkt zu haben, daß der häufige Genuß einer sehr sauren Apfel-art solchen Kindern, welche zu Drüsenschwäche und zur Englischen Krankheit Anlage haben, besonders übel bekommen sey, und daß nicht selten häßlicher Ausschlag, vorzüglich auf dem Kopfe danach entstehe.

b) Birnen sind weit weniger dienlich als Aepfel: denn sie erschlaffen die Verdauungskraft, blähen außerordentlich, und erregen nicht selten Durchfall. Ein gesundes Kind mag immerhin einmal eine Birne essen: aber übrigens ist doch bei dem Gebrauche der Birnen sehr große Vorsicht nöthig; besonders bei irgend kränklichen Kindern. Aber auch die gesundesten Kinder können sich leicht eine Krankheit von Unverdaulichkeit dadurch zuziehen, die sie mehrere Tage aufs Krankenlager wirft. Und bei Kindern ist es doch so sehr wichtig, alles zu verhüten, was ihre Verdauung in Unordnung bringt. Es ist ein schädlicher Irrthum, daß solche Birn-arten,

wel-

welche sehr vielen süßen Saft enthielten, eben dadurch dem Körper sehr zuträglich würden: eben dadurch erschlaffen sie die Verdauung. Aber eben so werden nun auch diejenigen Birn-arten, welche ein sehr trocknes mehlichtes Fleisch enthalten, durch ihre beträchtlich blähende Eigenschaft schädlich. In einigen Birn-arten, z. B. der Bergamotte crassane erzeugen sich gern steinigte Anhäufungen: alsdann sind sie sehr undienlich. Solche Birnen, welche eine harte, zähe Schaale haben, sollten Kindern durchaus nie ungeschält gegeben werden.

Dieß letztere leitet mich nun hier auf die Frage, ob man überhaupt den Kindern dergleichen Obst ungeschält geben dürfe? — Das Schälen kann keinen andern Zweck haben, als theils einen minder verdaulichen Theil abzusondern und es dadurch zugleich schmackhafter zu machen, theils es von etwanigem Schmutze zu reinigen. Allein wenn die Schaale fein ist, so ist es gar nicht nothwendig sie abzusondern: nur bei einer gröbern, zähern würde dieß nothwendig seyn. Auf das

Schmackhafteste aber bei Kindern Rücksicht zu nehmen, ist ein Fehler in der Erziehung; und wenn sie heranwachsen kann ihnen diese frühe Verwöhnung des Gaumens manche große Unbequemlichkeit zuziehen, wenn sie es vielleicht irgend einmal nicht nach der Verwöhnung haben können. Die Reinigung des Obstes vom Schmutze kann aber füglich durch sorgfältiges Abwischen geschehen. Aber auch dieses finde ich unnöthig: denn was man auch von schädlichen Insekten gesagt haben mag, welche vielleicht über einem Apfel hergekrochen seyn könnten; so habe ich doch noch nie auf den Genuß des Obstes Krankheiten entstehen gesehen, welche einem genossenen Gifte zuzuschreiben wären. Und Krankheiten von Unverdaulichkeit wird man doch nicht einem eigenen Gifte zuschreiben wollen!

c) Noch muß ich bei den Kernfrüchten der Walnüsse und Haselnüsse gedenken, und vor dem Gebrauche beider warnen. Sie sind unter allem Obste das bei weitem unverdaulichste, und ich habe öfter Krankheiten darauf entstehn gesehen. Besonders hat

man sie kränklichen Kindern ernstlich zu versagen.

C) Steinfrüchte.

a) Kirschen können von gesunden Kindern im zweiten Jahre mäßig genossen werden. Nur habe man sorgfältig Acht, daß das Kind keinen Kern verschlukke.

b) Pfirschen und Aprikosen kälten und erschlaffen sehr, und ihr Gebrauch erfodert daher um so größere Vorsicht, da sie gerade in der heißesten Jahrszeit zu haben sind. Die zähe Schaale muß immer davon abgesondert werden. Das Innere des Kerns zu essen ist sehr gefährlich.

c) Zwetschen und Pflaumen. Beide werden durch ihren süßen Saft ungemein erschlaffend, und durch ihr lokkeres Fleisch blähend. Zugleich besitzen sie eine nicht unbeträchtlich abführende Kraft. Die sie umgebende leder-artige Haut ist gänzlich unverdaulich. Dieserhalb dienen sie eigentlich Kindern überhaupt nicht. Selbst den Gesundesten dürfen

sie

sie nicht anders als unter den vorhin angeführten Vorsichtsregeln gegeben werden: kränklichen, besonders zu Verdauungsbeschwerden und Durchfällen geneigten, dürfen sie aber vollends gar nicht gegeben werden. Am allerschädlichsten aber, und weit schädlicher als die Zwetschen, sind die Pflaumen.

Nun will ich erst noch von einigen der in den Haushaltungen gebräuchlichsten Bereitungen aus dem Obste reden.

1) Frisch gekochtes Obst, und Obstsuppen. Das erstere ist weit blähender als das ungekochte Obst: nur ein vorsichtiger Zusatz von Wein und Gewürz kann dieses verhüten. — Die Obstsuppen enthalten entweder das Obst in Substanz, oder es ist das weich gekochte Obst demnächst erst durch ein Sieb gerieben. Die der erstern Art sind fast sämtlich sehr blähend, und nur die Heidelbeersuppen mögten hievon eine Ausnahme machen. Die der letztern Art sind weit weniger blähend, zumal wenn ein kleiner Zusatz von Wein und Gewürz hinzugekommen ist. Von al-

allen Obstsuppen sind die dienlichsten, eine von getrockneten Hagebutten, und eine von Heidelbeeren bereitete Suppe.

2) Das Mus. Es wird durch Kochen bereitet, und dadurch scheinen gewisse Bestandtheile das Obstes verflüchtigt zu werden. Ich halte es daher im Ganzen genommen weniger dienlich als das Obst in Substanz. Nur alle sehr blähenden Obst-arten, namentlich die Zwetschen und Himbeeren will ich hievon ausnehmen: denn von diesen wird die viele dehnbare Luft, welche sie in ihren lokkern Fleische enthalten durch die Hitze ausgetrieben; und daher halte ich von diesen das Mus für zuträglicher, als die Frucht. Frisch bereitet ist es ohne Zweifel am dienlichsten. Jeder fremde Zusatz sollte so viel als möglich vermieden werden; hauptsächlich der Zukker. Am zweckmäßigsten ist ein ganz geringer Zusatz von Zimmet, oder Zimmetblüthe: denn dadurch wird die blähende Eigenschaft des Muses verbessert. Da es immer eine Säure enthält, so ist es gefährlich dasselbe in schlecht glasurten irrdenen, oder gar in schlecht verzinn-

zinnten kupfernen Geschirren zu bereiten und aufzubewahren. Zur Bereitung diene ein gut glasurter irrdener Topf, und zum Aufbewahren dürfte ebenderselbe, oder noch besser porcellanenes Geschirr am vorzüglichsten seyn. In dieser Hinsicht ist es auch sehr gefährlich, ein solches Mus von umherziehenden fremden Weibern zu kaufen; und der Ungewißheit über die reinliche Bereitung zu geschweigen, so ist es doch sehr nöthig zu untersuchen, ob nicht vielleicht kupferne Geschirre zur Bereitung dabei gebraucht seyen. Dieß erfährt man am sichersten wenn man ein polirtes Eisen, z. B. eine rein geschliffene Messerspitze eine Zeitlang in das Mus steckt: hat sie demnächst einen röthlichen Schein, so kann man der Gegenwart von Kupfertheilchen gewiß seyn, und der Gebrauch des Muses würde höchst gefährlich werden.

3) Das eingemachte Obst. Gewisse Obst-arten, namentlich die Kirschen, Kronsbeeren, Zwetschen rc. pflegt man in den Gegenden wo sie besonders zu Hause sind, mit Essig, Zukker, Gewürz, einzumachen. Der-

gleichen ist, wenn es häufig genossen wird, Kindern sehr undienlich; und kränklichen Kindern sollte man vollends gar nie davon geben.

4) Das Gelee, welches aus dem ausgepreßten Safte, gemeiniglich nur von gewissen Sommerfrüchten, namentlich Johannisbeeren, Himbeeren ꝛc. mit einem ansehnlichen Zusatze von Zukker bereitet wird, hat keine andere als eine erschlaffende Wirkung, und ist daher Kindern nicht dienlich, am wenigsten schwächlichen.

5) Das getrocknete Obst, demnächst wieder gekocht, blähet weit weniger als das frische, und kann daher auch von kränklichen Kindern, und in Krankheiten, schon weit eher genossen werden. Nur sollte jeder beträchtliche Zusatz von Zukker gemieden werden.

Neuntes Kapitel.

Von einigen gebräuchlichen Zusätzen zu den gewöhnlichsten Speisen und Getränken für Kinder.

Je einfacher wir unsere Speisen zubereiten desto dienlicher sind sie. Zubereitung erfordern sie, das Obst etwa ausgenommen, alle: aber keine sehr gekünstelte Zubereitung. Auch fügt die Gewohnheit manche Zusätze hinzu' welche schädlich sind. Die Diät aber erfordert unsere größte Aufmerksamkeit: denn was der Summe des Schädlichen mancher Speise abgeht, das ersetzt der tägliche Gebrauch. Eine Sache, welche nur selten angewandt, dem Körper wenig oder gar nicht schadet, kann bei fortgesetztem, wol gar täglichem Gebrauche sehr beträchtlich schaden.

Dieß dürfen wir am wenigsten bei der Ernährung der Kinder, hauptsächlich im ersten, aber auch im zweiten Jahre und den fol-

folgenden Jahren vergessen. Je jünger das Kind ist, desto einfacher soll, nach den ewigen Gesetzen der Natur, seine Nahrung seyn; und der Säugling soll nichts als Muttermilch, oder eine der gleichkommende Nahrung genießen. Vergessen wir dieses Naturgesetz, so laufen wir Gefahr, dem Kinde dadurch zu schaden, und ihm mancherlei körperliche Uebel zuzuziehen, welche der Grund zu den hartnäkkigsten und unheilbarsten Krankheiten werden können.

Wir wollen daher die gewöhnlichsten Zusätze zu der Kindernahrung einmal einzeln betrachten, um zu sehen, wie wir uns künftig dabei zu verhalten haben.

I. Zusätze zu der Milch,

also zu der aller-ersten Nahrung des Kindes, welche es außer der Muttermilch erhalten darf. Hier haben wir Wasser und Zukker zu betrachten.

1) Wasser. Hiebei erinnere ich nur noch einmal an das oben S. 44. Gesagte. Das Wasser schickt sich durchaus nicht zum Ver-

Verdünnen der Milch. Ueberdem schwächt es Magen und Verdauung, und dieß um so mehr, je mehr es fremd-artige salzige Bestandtheile enthält. Es ist daher den Kindern um so weniger dienlich, je weniger Monden, oder gar Tage sie zählen.

2) Zukker. Auch hiebei habe ich nur an das oben S. 49. Gesagte zu erinnern. Ich bitte, meine Leserinnen! lassen Sie uns dieses beherzigen. Wäre es hier der Ort, so könnte ich Ihnen merkwürdige Beispiele erzählen, wie übel es selbst Erwachsenen bekommen war, daß sie den unbedingten, und übertriebenen Lobpreisungen des Zukkers, welche sich in einer berühmten Volksschrift finden, Gehör gegeben hatten! Statt der gehofften Stärkung empfanden sie nach einiger Zeit nur die Folgen einer Schwächung in den Verdauungswerkzeugen. Der Zukker ist nichts weniger als ein gleichgültiges, unschädliches Mittel: nur schadet er nicht plötzlich, sondern langsam, und theils darum, theils über seine Unentbehrlichkeit in unsern jetzigen Haushaltungen, wird der Nachtheil

seines irgend nur zu häufigen Genusses übersehen. Kleinen Kindern ist er unbedingt schädlich.

II) Zusätze zu den übrigen Kinderspeisen,

also zu denjenigen Speisen, welche das Kind von der Zeit des Entwöhnens an und im zweiten und den folgenden beiden Lebensjahren bekommt. Hier treffen wir dieselben Zusätze, wie zu den Speisen der Erwachsenen. Wir wollen davon hauptsächlich die Butter oder das Fett, das Salz, und das Gewürz betrachten.

1) Die Butter ist uns freilich im Ganzen genommen in unsern Haushaltungen wol unentbehrlich. Sie ist das feinste Fett, und hat, bei mäßigem Gebrauche, die erschlaffende Eigenschaft aller übrigen fettigen, ölichten Sachen bei weitem nicht in so hohem Grade. Wenn denn also Fett gebraucht werden soll, so verdient die Butter allerdings den entschiedensten Vorzug. Allein mich dünkt, wir sind

denn

denn doch zu reichlich mit dem Gebrauche der Butter, und könnten wenigstens einen Theil der gebrauchten Quantität entbehren. Dieß ist nemlich auf dem Brode. Man sagt die Butter sättige hier. Das thut sie allerdings: aber nur dadurch, daß sie den Magen in eine gewisse Erschlaffung versetzt, wodurch der Appetit unterbrochen wird. Sie sättigt also nicht auf eine zuträgliche Art und Weise. Nahrhaftes enthält sie im geringsten nicht, und sie dient wol blos für unsern Gaumen. In diesen Hinsichten rathe ich, die Kinder nicht daran zu gewöhnen, sondern ihnen lieber das Brod roh zu geben.

Ich sehe hier freilich manche zärtliche Mutter sich sträuben, und lese in ihren Zügen, wie sie sich nicht entschließen kann, ihr liebes Kind so kärglich (ihrer Meinung nach) hinzuhalten. Allein es ist ein sehr nachtheiliger Fehlschluß zärtlicher Mütter, daß sie den Gaumen und überhaupt alle Bedürfnisse ihrer Kinder nach denen des Erwachsenen abmessen. Wir Erwachsenen sind nun leider einmal seit langer Zeit verwöhnt, mit den eisernen Fes-

seln

seln des Zwanges an viele sehr entbehrliche Bedürfnisse gebunden, und die unerbittliche Gewohnheit drohet wol gar unserer Gesundheit, wenn wir es wagen wollen, uns plötzlich von den schimpflichen Banden loszureißen. Auch gehört dazu eine nicht gemeine Willenskraft. Es ist also hier bloß Nothwendigkeit, was uns manches entbehrliche Bedürfniß werth macht. Aber nicht so ist es bei dem Kinde. Das Kind ist noch an nichts gewöhnt, und das Gesetzbuch seiner künftigen Bedürfnisse wird ihm nicht von seiner eigenen Willkühr entworfen und festgesetzt, sondern bloß durch die Erwachsenen, denen die Wartung und Pflege desselben obliegt. Das Kind sey einer glatten Wachstafel zu vergleichen, worauf der Erzieher schreiben könne was er wolle, behauptete ein angesehener Gelehrter der Vorzeit; und gewiß trifft die Wahrheit davon nicht bloß die moralische, sondern auch die physische Erziehung. Die Natur hat dem Kinde wenige Bedürfnisse gegeben, und sein Stückchen eitel Brod ist, wenn sein Gaumen noch unverwöhnt ist, für dasselbe gewiß eben die Delikatesse, wie für den verwöhnten Erwach-

senen,

senen ein fettes Butterbrod. Auch bleibt das Kind zuverlässig gesunder dabei!

O, und wenn es nun auch einst heranwächst, und von der Mannbarkeit tiefer in die Laufbahn des bürgerlichen Lebens gedrängt wird: welch ein unverwüstliches Bollwerk für die Zufriedenheit seines Herzens hat es dann, wenn es nur wenige Bedürfnisse kennt! Wunderbar und unerforschlich ist die Leitung des Schicksals: welche Wege es einst jenes Kind führen werde? wo ist, der dies verkünden könnte. Und würde einst die zu schwach widerstehende schützende Hand seines guten Genius von ihm losgerissen: wie glücklich dann, wenn es jetzt nicht viel vermißte, was es an die entflohenen Tage zurück-erinnern, und schwärzeres Kolorit der Gegenwart auftragen könnte; wie glücklich, wenn es nicht Sklav einer Menge unnützer Bedürfnisse ist! Ach, in trüben Tagen erinnern ja an entflohenes Glück vermißte Kleinigkeiten oft um so stärker zurück, je öfter wir sie zu vermissen Gelegenheit finden; und noch tiefer drängt dann den Stachel der Entbehrung der eiserne

Scep=

Scepter der Nothwendigkeit in unser Herz. Wenn ich bei Kindern, selbst denen reicher Eltern, den goldenen Grundsatz der Enthaltsamkeit, Mäßigkeit und Entbehrung so ganz vergessen sehe; dann blutet mir immer das Herz. Wie (denke ich) wenn einst ein wüthender Krieg den ergrimmten Feind herbeizöge, der den Eltern alle ihre Güter, ja ihr Leben selbst raubte; oder wenn ein nächtlicher Blitzstrahl die gefüllten Scheuren und Speicher träfe, und das ganze Meiergut ohne Rettung ein Raub der Flammen würde? Wie unglücklich würde das Kind seyn, wenn es nun von seinen vielen Bedürfnissen gewaltsam losgerissen wäre! — Und gehen wir auch nicht einmal auf ein Extrem von Elend: wie beschwerlich ist es nicht im geselligen Leben, sich von einer Menge von Bedürfnissen beherrscht zu sehen! Wie unbehaglich findet man sich, wenn der Zufall einmal gewisse Umstände vereinigt, uns auf einige Zeit gänzlich von dem Genuße eines Bedürfnisses abzuhalten! Unbehaglichkeit gebiert dann Mißlaune, diese wird wieder eine Mutter der Unzufriedenheit: und Unzufriedenheit, welch eine Qual für das

Herz, welch ein Wermuth in jede Lebensfreude! — Wie glücklich dagegen der, welcher nur wenige, ich mögte sagen, nur die nothwendigsten Bedürfnisse kennt; der ihre Summe auf die unbedeutend-möglichste Zahl beschränken kann, ohne es irgend unbehaglich zu empfinden!

Verzeiht mir, Ihr Mütter, diese kleine Abschweifung! Sie kam aus einem übervollen Herzen. Ich selbst empfinde die überschwengliche Wohlthat der Enthaltsamkeit im vollen Maße: und was ich sage, ist also nicht leeres Gerede. Ohne mich irgend reich nennen zu können, nährt mich doch mein Fleiß so weit, daß ich mir wol auch manches Bedürfniß noch halten könnte, als ich jetzt kenne. Aber ich habe es mir schon lange zum Gesetze gemacht, jedes mir nur irgend entbehrlich scheinende Lebensbedürfniß willig entbehren zu lernen. Ich befinde mich sehr glücklich dabei, nekke oft scherzend einen Freund, der erst seine Kaffeekännchen leeren, und sein Pfeifchen schmauchen muß, um mich zu einem Spaziergange begleiten zu können, und lasse mich gern eines zu

weit

weit getriebenen Stoizismus beschuldigen. — Ach auch ich — Doch still hievon! — —

Den zur Seite gelegten Faden meiner eigentlich bezweckten Belehrung wieder zu ergreifen, rathe ich also noch einmal, dem Kinde gar keine Butter zum Brode zu geben. Am wenigsten aber darf sie ihm recht dick aufgestrichen werden. Ein schwacher Aufstrich mag hingehen, wenn eine hierin zu schwache Mutter es nicht anders über das Herz bringen zu können glaubte, als ihrem Kinde ein Bedürfniß ein-impfen zu müssen, woran sie selbst vielleicht Behagen findet. Der irgend zu häufige Genuß der Butter erschlafft den Magen, begünstigt, oder erzeugt Magenschwäche, Säure rc. Am schädlichsten ist die geschmolzene, oder gar braungebrannte Butter. Diese darf durchaus keinem Kinde gegeben, und keine Kinderspeise damit bereitet werden. Kartoffeln mit Butter z. B. sind eine sehr schädliche Speise.

Was nun das Fett betrifft, dessen man sich zu Bereitung der Speisen bedient, so ist alles Schweinefett Kindern unbedingt schädlich,

und erzeugt, zumal bei fortgesetztem Gebrauche, Koliken, Magenschwäche, Säure, und Haut-ausschläge.

2) Das Salz ist freilich zu allen gekochten Kinderspeisen erforderlich; aber man übertreibe es damit ja nicht! Stark gesalzene Speisen sind immer schädlich, zumal bei irgend Neigung zu Haut-ausschlägen.

3) Das Gewürz enthält ein flüchtiges Oel, und wirkt, mittelst desselben, als ein schnell und stark eindringender Reiz auf den Körper, beschleunigt die Thätigkeit der Lebenskraft. Daher z. B. der schnellere Umlauf der Säfte in den gereizten Gefäßen. Mittelst dieser Eigenschaft ist nun zwar das Gewürz ein trefflicher Zusatz, um gewisse Speisen verdaulicher zu machen: allein es paßt doch durchaus nur für den Erwachsenen, welcher nicht so leicht gereizt wird. Dem Kinde, dessen Lebensthätigkeit selbst durch geringe Grade von reizenden Einflüssen leicht zu sehr vermehrt wird, ist das Gewürz durchaus undienlich. Denn die Folge einer jeden zu starken Anstrengung der

Lebenskraft ist Schwäche; und diese Folge ist um so größer, je größer die Anstrengung war. In dem für die Einwirkungen der Reize so empfänglichen Körper des Kindes wird die Anstrengung leicht übermäßig: daher entsteht daraus auch um so leichter eine Schwäche. Aus diesem Grunde sollte nun alles Gewürz aus den Kinderspeisen, wo nicht durchaus verbannt, doch nur höchst sparsam ihnen beigemischt seyn. Am meisten schaden die ausländischen Gewürze, als Ingber, Kardamomen, Muskatblüthe rc. Einige Schriftster sind der Meinung, wir könnten der ausländischen Gewürze ganz entbehren, wenn wir nur wollten; und es würde für die Gesundheit besser gesorgt seyn, wenn jede Nation sich mit ihren einheimischen, also gleichsam von der Natur ihr bestimmten Gewürzen behülfe. Ich bin sehr ihrer Meinung.

4) Noch gehören einige andere Zusätze zum Versüßen hieher, wovon ich vorzüglich des Möhrensaftes und Honigs gedenken will. Beide, und vorzüglich das erstere, pflegt man in einigen Gegenden dem Kinde auf Brod

gestrichen, statt der Butter, zu geben. Für gesunde starke Kinder, welche viel Bewegung haben, will ich es gerade nicht widerrathen: aber denen, welche irgend schwächlich, vorzüglich denen, welche zu Brustbeschwerden, Säure, und Durchfällen geneigt sind, ist es schädlich: denn alles Süße erschlafft, und danach muß es beurtheilt werden. Selbst das Honig ist Kindern gar nicht dienlich. Man sagt, dergleichen tödte die Würmer: allein Würmer können sich, wie Erfahrung lehrt, nur in einem nicht gehörig starken Darmkanale halten; und da die Süßigkeiten erschlaffen, so können sie die Anlage zu Würmern und Wurmzufällen eher vermehren als heben.

Zehntes Kapitel.

Von den Getränken für Kinder.

Die Wahl der Getränke für Kinder ist von großer Wichtigkeit, wird aber dennoch leider zu wenig geachtet, und selbst da oft mit Sor-

genlosigkeit übersehen, wo auf die Auswahl der Speisen recht viel Sorgfalt verwandt wird. Auch die Aerzte scheinen mir diesen Gegenstand noch zu wenig zu beachten. Man könnte die Getränke eintheilen in tägliche nothwendige, und lekkerhafte.

I) Tägliche nothwendige Getränke,

oder solche, welche erforderlich sind, das wahre Bedürfniß des Durstes zu stillen.

Hievon zuerst die Frage: Ist vieles Trinken überhaupt dienlich? — Vieles Trinken ist entweder eine bloße Gewohnheit, oder es ist wahres Bedürfniß. Sehr leicht können die Kinder dahin verwöhnt werden, recht viel zu trinken: und wenn das erste Kind erst so verwöhnt ist, so folgen die andern schon dem Beispiele. Hierauf ist sorgfältig zu achten. Ist nun aber das viele Trinken wahres Bedürfniß, so ist es ein Beweis, daß das Kind viel Wärmestoff im Körper habe, oder sogenannte innere Hitze. Solche Kinder pflegen dann vorzüglich Nachmittags und Abends viel zu trinken, des Morgen fast gar nicht.

Die=

Dieser gefährliche Zustand, der gemeiniglich unter dem täuschenden Scheine einer blühenden Gesundheit (Korpulenz, rothen Backen, blauen Augen) versteckt ist, pflegt den Kindern ein frühes Grab zu bereiten; und irgend eine heftige Krankheit, welche sie trifft, vorzüglich wenn es eine der fieberhaften Ausschlagskrankheiten ist, rafft sie leicht dahin. — Hieraus erhellet, was man von dem vielen Durste zu halten habe. Ist es damit bloß Gewohnheit, so muß man sehr allmählig davon abzubrechen suchen: denn durch vieles Trinken erleidet der Magen zu viel große Ausdehnungen, und muß dadurch natürlich endlich von seiner Zusammenziehungskraft verlieren. Man lasse immerhin die Kinder einigemal schreien: sie werden endlich der bösen Gewohnheit doch ganz wieder vergessen lernen.

Noch eine Frage: Ist ältern Kindern das Trinken bei der Mahlzeit dienlich? — Zu vieles Trinken bei der Mahlzeit verdünnt den Speisesaft zu sehr, und erschwert die Verdauung, durch zu große Ausdehnung des Ma-

gens. Kinder sollen überhaupt fast gar keine trockne Speisen genießen: darum ist ihnen das Trinken bei der Mahlzeit sehr entbehrlich. Man gewöhne sie also nicht daran.

Nun einiges von den Getränken selbst, deren man sich zu bedienen hat.

In dem ersten Jahre des Lebens sollte das Kind durchaus kein anderes Getränk bekommen, als Milch-getränk. Ja, ich rathe überhaupt nicht eher ein anderes Getränk zu geben, als bis das Kind umherlaufen kann. Durch verdünnte Milch wird nie geschadet werden können.

Aber wenn nun das Kind erst im zweiten Jahre ist, dann hört man manche Mutter sich beklagen, daß es ihr an einem paßlichen Kinder-getränke fehle. Sie hegt den Irrthum, das Getränk müsse künstlich zusammengesetzt seyn, sonst könne es seinen Zweck nicht erfüllen. Aber warum nicht auch hier Einfachheit und Natur? Dabei wird sich das Kind fürwahr am besten befinden. Wo also irgend

ein gutes reines Trinkwasser zu haben ist, da soll das Kind nichts als Wasser trinken. Im Winter freilich nicht so kalt wie es aus der Quelle oder dem Brunnen geschöpft ist, aber doch so frisch als möglich. Wo man die Wohlthat eines reinen Trinkwassers entbehren muß, und kein frisches, reines Regenwasser haben kann, muß das Quell- oder Brunnenwasser freilich erst aufgekocht werden. Ja kein mit Salztheilen vermischtes Wasser! denn ein solches schwächt ungemein. — Wollet Ihr, Ihr allzuzärtlichen Mütter, Euch nicht bewegen lassen, bloßes Wasser zu geben: so thut zuvor schwarze Brodrinde hinein. Wasser mit schwarzem Brode ist ein kräftiges, nahrhaftes, sehr gesundes, und zugleich annehmes Getränk. Selbst schwächlichen Kindern ist es dienlich. Also Brodwasser ist das beste Getränk!

Kein Bier, ja kein Bier! – Das Kind ist weit empfänglicher gegen die Einwirkung der Reize als der Erwachsene: schwache Reize wirken auf dasselbe, wie auf den Erwachsenen starke. Wenn nun ein Erwachsener zum täg-

lichen Getränke nichts als Bier trinken wollte: so würde er dadurch zu viel Reiz in seinen Körper bringen. Eben dadurch erst würde sein Durst noch vermehrt, und er müßte nun immer mehr trinken. Aber die Folge davon wäre diejenige Schwäche, welche aus der übermäßigen Anwendung reizender Dinge, und dadurch bewirkten übermäßigen Anstrengung der Lebenskraft entsteht. Und ebendasselbe gilt von dem Gebrauche eines schwachen Bieres für Kinder. Das Bier enthält, wenn es auch schwach ist, doch immer noch gewisse geistige flüchtig-reizende Bestandtheile, welche durchaus nicht täglich in den Körper des Kindes gebracht werden dürfen. Seine Gesundheit leidet sonst dabei unvermeidlich. Ach ich habe der Fälle recht auffallende gesehen! Uebergroße Elternfreude über die muntern Kleinen verschloß meinen Warnungen den Eingang. Die Kinder tranken sehr viel, und waren dabei lebhaft und munter, auch wol dick und fett, bekamen schöne rothe Wangen, und wol gar blaue Augen obendrein. Ich, der ich diesen Zustand schon aus vielfältigen Erfahrungen kannte, ahndete die Gefahr,

und meine Ahndungen wurden leider nur zu richtig erfüllt! Kaum befiel die Kinder eine der heftigern Krankheiten, welche Kindern gewöhnlich sind, z. B. Blattern, Masern, Friesel rc. so war die Wuth der Krankheit fast grenzenlos, und — dahin sank mit dem Leben des Kindes die Freude der unvorsichtigen Eltern. — Und wenn der tägliche Genuß des Bieres auch gleich nicht immer die Kinder in Lebensgefahr bringt, (wozu es oftmals nur an der Gelegenheit einer hinzukommenden Krankheit mangelt) so entstehen doch oft schon manche andere unangenehme Uebel daraus, z. B. häßliche Haut-ausschläge.

Hieraus werden meine Leserinnen nun auch bereits errathen, daß ich der sogenannten Kalte-schale, welche in einigen Gegenden den Kindern des Abends gegeben wird, keineswegs das Wort reden werde. Sie ist immer schädlich; vollends gar, wenn viel Süßes damit vermischt ist. Man sagt zu ihrer Vertheidigung wol, die Kinder pflegten gut darauf zu schlafen. Ei ja! der Erwachsene, welcher alle Abend eine Wein-kalte-schale zu sich nähme,

wür-

würde auch wol recht gut darauf schlafen! Aber sollte es darum rathsam seyn, alle Abend dergleichen zu essen? Ganz gewiß nicht! Und eben dasselbe, ja wo nicht in noch höherem Grade, gilt von der Bier-kalte-schale für kleine Kinder. Der gute Schlaf ist Folge einer Art von Rausch: und sollte ihnen das dienlich seyn??—

Nun muß ich hier doch auch noch der Biersuppen gedenken.—Mit Eigelb bereitet rühmt sie Hildebrand als eines der schicklichsten und kräftigsten Nahrungsmittel für kleine Kinder; hauptsächlich für schwächliche, und für die, welche ohne Brust aufgezogen werden. Das ist zwar allerdings wahr; verdient doch aber noch einiger kleinen Einschränkungen. Durch das Kochen verliert das Bier einen großen, wo nicht den größten Theil seiner flüchtig-reizenden Bestandtheile, es bleibt nur das Nahrhaftere zurück: und so wird es dadurch den Kindern weit weniger nachtheilig. Allein ganz und gar verflüchtigt sich diese reizende Kraft doch nicht, und eine Biersuppe ist und bleibt daher immer noch ein weit durch-

drin-

dringend reizenderes Nahrungsmittel als die Milch. Aus diesem Grunde kann und wird sie Kindern im ersten halben Jahre nicht zuträglich werden: denn es liegt nicht in den Gesetzen der Natur, daß das Kind in dieser Zeit schon dergleichen kräftigere Reize genießen und ertragen solle. Die Folge davon ist sonst eine zu starke Anreizung der Lebenskraft, zu frühzeitige Beschleunigung der Ausbildung, und Krankheiten vom Uebermaße reizender Einflüsse. Dieß glaube ich fast bei allen Kindern beobachtet zu haben, welche im ersten halben Jahre Biersuppen bekamen, ohne daß ein Krankheitszustand deren Gebrauch nothwendig gemacht hätte. — Und eben wegen der durchdringend reizenden Kraft der Biersuppen (das Eigelb kommt hier auch in Betracht!) eignen sie sich auch nicht zum Gebrauche für solche Kinder, welche von einem derben festen vollblütigen Körper, und einem lebhaften feurigen Temperamente sind. Hier können sie um so leichter einen Zustand übermäßiger Reizung hervorbringen. — Indeß sind und bleiben sie auch für Kinder ein vortreffliches Stärkungs- und Nahrungsmittel in folgenden Fällen:

1) Wenn das Kind mager und abgezehrt ist, und es ihm an Nahrung überhaupt, oder nur an hinreichend guter Nahrung gefehlt hat. Daher sind sie z. B. hauptsächlich denen zuträglich, welchen, durch ein Uebermaß von Kartoffel-nahrung, oder sonst zu wenig reizende Speisen, eine Neigung zu Dürrsucht, Englischer Krankheit, Drüsenschwäche und dergleichen Uebeln beigebracht ist.

2) Wenn das Kind einen schlaffen, schwammichten Körperbau, und blasse Farbe hat, zu Durchfällen oder Verstopfung, wunder Haut, und Haut-ausschlägen geneigt ist. Hier liegt immer eine Schwäche zum Grunde.

3) Nach schweren Krankheiten, z. B. Blattern, Masern, rc. Hier findet sich ebenfalls durchgehends immer eine Schwäche, und die reizenden Mittel sind zuträglich.

4) Vom Ende des ersten Jahres an.

Einige Vorsichtsregeln bei dem Gebrauche der Biersuppen mögen folgende seyn:

1) Durchaus darf nie mehr, als zu einer Portion bereitet werden; und zwar muß dieß erst kurz zuvor, da sie gegeben werden soll, geschehen.

2) Sie darf nicht zu warm gegeben werden. Die Wärme einer frisch gemolkenen Milch ist die zweckmäßigste.

3) Des Morgens ist sie nicht so zuträglich, als gegen Abend. Denn am Morgen ist die Wirkung aller Reize weit eindringender, als gegen Abend; wo, von der anhaltenden Wirkung der reizenden Einflüsse, welche den Tag über auf den Körper wirkten (Licht, Luft, äußere Gegenstände rc.) der Körper sich in einem gewissen Zustande von Erschlaffung befindet. Mit dem Kinde ist es ebendasselbe.

4) Der Gebrauch der Biersuppe darf nicht mit zu großen Portionen angefangen werden. Mit kleinen Portionen anzufangen, und allmählig zuzulegen, ist am dienlichsten und am sichersten: denn so bekommt der Körper nicht

zu viel auf einmal, sondern kann sich allmählig an die reizenden Wirkungen gewöhnen.

5) Außer dem Eigelb und etwas trockner Semmel, auch wol etwas wenigem Zukker, und ein paar Salzkörnchen, darf kein anderer Zusatz hinzu.

II) Lekkerhafte Getränke,

Noch einmal wiederhole ich es: Glücklich das Kind, welches, von erster Kindheit an, nur die nothwendigsten Lebensbedürfnisse kennen lernte! Heil dir, Mutter, die du dein Kind nach solchem Grundsatze erziehst! Genügsamkeit und Zufriedenheit werden einst in seinem Herzen wohnen; und wenn einst all sein Ungemach nur im Entbehren besteht, so kann, wird es nie unglücklich seyn. Drum hinweg mit allem, was nicht nothwendig ist! Alles was darüber ist, ist vom Uebel. — Und so auch unsere eben zu nennende lekkerhafte Getränke. Gesetzt auch, es schadete nicht, (was es doch thut); wozu denn aber dergleichen dem Kinde? — Doch wir wollen einmal näher betrachten:

1)

1) Der Wein. Gesunden, zumal vollsaftigen Kindern, von feurigem, lebhaftem Temperamente, ist er unbedingt schädlich. Nicht Einen Tropfen dürfen diese. Ich ärgere mich immer, wenn ich bei einer Mahlzeit einen Vater (denn Euch Müttern kann ich dieß nicht nachsagen) mit einem Kinde, wol gar mit einem Säuglinge, wie mit einer Puppe tändeln, und seine Freude daran haben sehe, dem Kinde Wein zu geben. Mich dauert das Kind, welches eine solche Erziehung erhält! Aber hier, Ihr Mütter, müßt ihr Euer ganzes Ansehen, und das Recht, welches die Natur selbst Euch gab, gebrauchen, dergleichen nicht zu dulden. Nicht einen Tropfen Wein bekomme Euer Kind im ersten Lebensjahre! Durchaus nicht einen Tropfen: es sey denn, daß es ein Arzt ausdrücklich so verordnet hätte. Aber auch dann muß die Vorschrift dieser gefährlichen Arzenei mit pünktlichster Genauigkeit befolgt werden.— Aber im zweiten Lebensjahre? Auch dann soll das Kind nicht ohne Verordnung des Arztes Wein bekommen. Nur den Fall mögte ich ausnehmen, wo es einen trägen, schlaffen, schwammichten Körper hat, zur englischen Krankheit ge-

geneigt ist, und öfters Durchfälle bekommt, auch viel von Würmern leidet. Hier kann zu Zeiten ein Theelöffelchen voll eines guten reinen Rothweins gegeben werden. Jeder saure Wein ist Kindern unbedingt schädlich.

2) Kaffee. — Gewiß! der Kaffee ist eines der schädlichsten Bedürfnisse des verwöhnten Gaumens. Zu geschweigen des Kosten-aufwandes der dadurch in den Haushaltungen veranlaßt wird (Kaffee, Milch, Zukker, Holz, Geräthschaften!!) so schadet er doch auch der Gesundheit. Sowohl der Kaffee, der gewiß ein ziemlich durchdringend reizendes Mittel ist, als auch die dafür gebräuchlichen Ersetzungsmittel, wirken reizend; auch die Wärme des Getränkes wirkt so. Täglich gebraucht, kommt also zu viel Reiz in den Magen: und die Folge davon kann nichts seyn, als Schwäche. Und wozu dergleichen? Ist unser Zeitalter etwa noch nicht schwächlich genug, als daß es, dem Gaumen zu gefallen, immer noch etwas Schwächendes mehr vertragen könnte? — Wir wollen also das Kind von früher Kindheit an nicht an Kaffee gewöhnen, so wird es ihn in spätern Jahren nicht

ent-

entbehren; und es kann ihm einst sehr gleichgültig seyn, ob ein drohender Krieg die Preise der ausländischen Frucht erhöhen werde oder nicht. Daß das Kind, nach hergebrachter Sitte, Morgens und Nachmittags was Warmes bekomme, ist sehr überflüssig. Sollte sich aber eine Mutter von einer solchen hergebrachten Sitte nicht losreißen können, oder vielmehr wollen: so gebe sie ihrem Kinde lieber eine Tasse frische Milch. Das ist ein sehr dienliches, und obendrein wohlfeiles Getränk; ist eine kräftige Nahrung, welche nie schaden wird. Begüterte könnten auch zuweilen eine Biersuppe geben; vorzüglich wenn das Kind erst im dritten Jahre ist. Diesen löblichen Gebrauch unserer Vorfahren sollten wir wieder einführen, und gewiß würde unser Geschlecht sichtbar wieder an Kräften zunehmen.

Noch muß ich aber den Eichelnkaffee ausnehmen. Dieser ist schwächlichen, an Drüsenschwäche, Englischer Krankheit, Dürrsucht, Durchfällen, Gicht rc. leidenden Kindern ein vortreffliches Stärkungsmittel. Auch pflegen ihn die Kinder nicht ungern zu trinken. Man

trocknet, röstet, und pülvert nemlich die frischen Eicheln, und nimmt davon etwa ein Loth auf die Portion für ein zweijähriges Kind. Ein Zusatz von ein wenig Zukker, und von Milch kann verstattet werden.

3) Thee ist durchaus schädlich. Er erschlafft ungemein.

4) Chokolade ist ein äußerst stark reizendes, und nährendes Mittel, und darf auch gesunden Kindern schlechterdings nicht gegeben werden.

Eilftes Kapitel.

Von den Geräthschaften zur Kindernahrung, und was dabei zu beachten.

Daß die Geschirre, worin die Speisen und Getränke für Erwachsene bereitet und aufbewahrt werden, die größte Aufmerksamkeit verdienen, ist allbekannt. Der Mangel an Aufmerksamkeit hierin hat oft schon die tödtlichsten Krankheiten nach sich gezogen: und die medicinische Policei hat sich daher zum Besten der Menschheit

heit längst der Sache angenommen. Aber weit mehr Aufmerksamkeit verdienen ohne Zweifel die Geschirre zur Kindernahrung: denn theils erkranken die Kinder selbst von geringern Ursachen weit leichter, theils können sie uns die krankhaften Empfindungen ihres Körpers nicht beschreiben, und dadurch wird die Erkenntniß der wahren Ursach ungemein erschwert. Die Geschirre in den Kinderstuben verdienen daher unstreitig noch weit mehr Aufsicht, als die in den Küchen und Speisekellern für Erwachsene. Ich darf daher diesen wichtigen Gegenstand hier nicht übergehen.

I) Von den Geschirren selbst.

1) Die Milchtöpfe. Jedes glasurte Geschirr dieser Art kann gefährlich werden. Wird die Milch darin nur irgend einmal sauer; so kann das Kind die tödlichste Kolik davon bekommen. Den entschiedensten Vorzug verdienen die gläsernen Geschirre. Und da es nun hier so sehr darauf ankommt, den Zutritt der Luft zu der Milch möglichst zu verhüten: so wiederhole ich die Empfehlung der gläsernen Flaschen zu Aufbewahrung der

Milch. Allenfalls mögten auch noch kleine Steintöpfe hingehen: welche aber durchaus nicht zu groß seyn dürften, und immer bedeckt seyn müßten.

2) Sauggläser. Von dem Vortheile und Nachtheile dieser Gläser und ihrer zweckmäßigsten Einrichtung ausführlicher zu reden, glaube ich bis zu einer andern schicklichern Gelegenheit versparen zu müssen. *) Hier also nur einiges Vorläufige. — Die Sauggläser haben manches für, und manches wider sich: aber im Ganzen genommen verdienen sie doch nicht verworfen zu werden. Ein vorzüglicher Einwand, den man ihnen gemacht hat, ist, daß die Kinder zu viel Luft mit einsaugten. Allein dieß geschieht nur dann, wenn das Glas leer geworden ist: und um dieses zu verhüten bedarf es nur der kleinen Aufmerksamkeit, das Glas sogleich sanft hinwegzuziehen, wenn es leer ist. Ist das Kind erst gewöhnt (und es so zu gewöhnen ist fürwahr sehr leicht!) mit

*) In der Folge werde ich nemlich einmal von der künstlichen Auffütterung besonders reden.

mit derjenigen Portion, welche das Glas faßte, und welche zu seiner Sättigung hinreichen kann, gesättigt zu seyn: so läßt sich das Glas leicht hinwegziehen. Dieser Vorwurf kann also nur bei einem Mangel an Sorgfalt zweimal eingewandt werden. — Es bestehe übrigens dieses Hausgeräth aus folgenden Stükken. a) Das Glas selbst. Dieß kann um so kleiner seyn, je jünger das Kind ist. Seine Oeffnung darf nicht über ½ Zoll im Durchmesser haben. Man hat dazu eigne Gläser: doch können die gewöhnlichsten Branntweinsflaschen, wie sie der gemeine Mann in der Tasche führt, sehr bequem gebraucht werden. b) Ein Stückchen Schwamm. Man nimmt gewöhnlichen Fensterschwamm. Jedoch muß er weder zu große Löcher haben, noch zu dicht seyn: weil im ersten Falle zu viel, im zweiten zu wenig Milch durchdringen würde. Diesen kocht man mit Seifenwasser mehrmal aus, damit er seinen häßlichen Geschmack verliert. Dann schneidet man Zäpfchen davon, an einem Ende etwas spitzig, so daß das Zäpfchen etwa 1—1½ Zoll lang im Glase stekken könne; am andern Ende aber rundlich, und etwas dikker, so daß er etwa

1 Zoll lang aus dem Glase herausstehe. c) Ein Stückchen feines weiches Linnen, beliebigermaßen rund, und etwa 3 — 4 Zoll im Durchmesser. Dieses wird demnächst über den warzenförmig vorstehenden Schwamm gelegt, jedoch nicht straff angezogen; und um dem Halse des Glases her zugebunden. d) Ein dünner Bindfaden, etwa ½ Elle lang, das Linnen um dem Halse des Glases damit fest zu binden. Er muß fest angezogen, und mehrmal umgewikkelt werden, damit das Linnen ja recht fest halte. Zur Bequemlichkeit bindet man demnächst nur eine einfache Schleife. — Von allen diesen Geräthschaften müssen immer mehrere in Bereitschaft seyn. — Ist das mit der warmen Milch gefüllte Saugglas so zugerichet, so versucht eine ganz gesunde (!) Person etwa erst daran zu saugen, um zu versuchen, ob es auch gut ziehe. Dieß ist vorzüglich alsdann nothwendig, wenn ein neues, noch nicht gebrauchtes Schwämmchen zum erstenmale aufgesteckt ist. Mit der Zurichtung selbst muß man aber sich ein wenig sputen, damit die warme Milch indeß nicht wieder erkalte. Doch gibt einige Gewohnheit bald Uebung hierin. Treten Hin-

derniſſe ein, daß das bereits zugerichtete Glas nicht gleich gegeben werden kann: ſo muß es einſtweilen, bis an den Hals, wieder in einen weiten Topf mit warmem Waſſer geſtellt werden. Beim Herausnehmen iſt dann aber ſehr nothwendig, zu unterſuchen, ob das Zäpfchen indeß nicht erkaltet, oder die Milch zu warm geworden ſey. Durchaus darf endlich die Milch nicht länger als zum höchſten eine Viertelſtunde darin geſtanden haben.

3) Der Löffel. Wer es irgend haben kann, ſollte keine andern Kinderlöffel in ſeinem Hauſe dulden, als ſilberne. Man hat auch die helfenbeinernen, und knöchernen vorgeſchlagen: allein dieſe ſind gemeiniglich zu dick, und auch koſtſpielig, da ſie ſich nicht lange halten. Bei zinnenen Löffeln ſollte immer auf gutes, ächt-engliſches (eigentlich Malaker-) Zinn geſehen werden; welches ſich äußerlich vorzüglich durch ſeine weiße Silberfarbe, und ſeinen lebhaften Glanz auszeichnet. Das gemeine Zinn iſt ſtark mit Blei vermiſcht: und welch ein gefährliches Metall das Blei iſt, wie leicht es ſelbſt durch geringere Säuren an-

gegriffen werde, ist bekannt. Uebrigens muß ein guter Kinderlöffel etwa ein Quentchen Flüssigkeit (etwa 60—70 Tropfen Wasser) fassen können, und keine scharfe, sondern abgerundete Ränder haben.

4) Der Topf oder Kessel zum Kochen kann entweder irrden und gut glasurt, oder kupfern und gut verzinnt, oder messingen seyn. Da hierin nur gekocht wird, und für Kinder nichts säuerliches zu kochen ist, so ist es übertrieben, jene Geschirre so sehr zu fürchten. Man darf nur nichts darin erkalten oder gar lange stehen lassen: alsdann würde freilich große, sehr große Gefahr dabei seyn. — Weit mehr Aufmerksamkeit aber verdienen

5) die Näpfchen, oder andern Geschirre, worin die Kinderspeisen zum Theil verfüttert, zum Theil aufbewahrt werden; welches letztere jedoch überhaupt höchst tadelnswürdig ist. Alle solche Geschirre sollten durchaus von Porcellan oder Steingut seyn; und ich würde die Obrigkeit verehren, welche den Verkauf der zinnernen, oder schlecht glasurten irrdenen Kindernäpfchen, bei schwerer Strafe

unter=

untersagte. Denn Eltern von Stande, und nur einiger Bildung, werden dergleichen zwar ohnehin nicht kaufen; aber dafür desto mehr werden sie von dem gemeinen Manne gekauft, der auf Wohlfeilheit sehen muß. Eben hier erforderten sie aber die meiste Aufsicht, theils wegen der Unreinlichkeit, welche ohnehin in den Hütten der Armuth zu herrschen pflegt, theils auch weil die Kinder armer Leute ohnehin so vielen schädlichen Einwirkungen ausgesetzt werden, schlechte Nahrung bekommen, und überhaupt zu wenig wahre Pflege erhalten, um gesund werden zu können. — In einigen Familien der höhern Stände habe ich die zinnernen Kindernäpfchen nun zwar auch getroffen: doch waren sie hier von englischem Zinn, wenigstens dem Stempel nach. Von gutem reinem englischem Zinn, und mit der nöthigen Vorsicht besorgt, mögten sie immerhin gebraucht werden: aber wie leicht wird man hier nicht getäuscht, wenn man das Näpfchen nicht von einem einheimischen, zuverlässigen Zinngießer verfertigen läßt! Alle diejenige Waare, welche umher hausirende Zinnhändler verkaufen, ist von dem schlechten, stark mit Blei vermisch-

mischten Zinn: und hat daher einen matten Glanz, und nähert sich der bekannten bläulicht-grauen Bleifarbe. Ich warne, von dergleichen Hausirern überhaupt kein Eßgeschirr zu kaufen: am wenigsten aber Kindernäpfchen.— In manchen Ländern ist diesen Leuten auch bereits der Verkauf solcher Sachen untersagt; und es sollte durchgehends so seyn. -- Aber auch selbst vor Näpfchen von ächt-englischem Zinn behalten die von Porcellan oder Steingut doch immer den entschiedensten Vorzug. Und da sie nun von schlechtem Porcellan, oder gar von Steingut nicht weniger als kostspielig sind, wenn nur irgend nicht zu unvorsichtig damit umgegangen wird: so riethe ich, sich durchaus keiner zinnenen zu bedienen.

5) Noch muß ich hier der Geräthschaften gedenken, womit in Sommernächten die zuzufütternde Milch warm gehalten wird. In Winternächten kann dieß im warmen Ofen geschehen. In Sommernächten können sich Begüterte einer Theemaschine bedienen, worauf sie das Milchtöpfchen setzen. Minder Begüterte können auf einem Dreifuße, wor-

worunter ein Nachtlämpchen steht, das Töpfchen warm erhalten. Hiebei ist aber zu beobachten, daß man den Schein des Lämpchens möglichst verstekke, nichts als guten und geglühten Baumöl brenne, den Tocht nicht zu lang ausstöre, und beim Schneuzen den ausgeschneuzten Nösel sorgfältig auslösche, damit er nicht qualme, und so die Luft verderbe. — Uebrigens ist es gut, das Töpfchen mit der Milch, oder süßen Molke, nicht unmittelbar aufs Feuer zu bringen: sondern in einem andern etwas größern Geschirre mit warmem Wasser. Dieses Geschirre muß dann aber möglichst dünn seyn, damit es leicht erwärmt wird: etwa von Eisenblech?

So viel über die Geschirre selbst. Nun wollen wir im Kurzen auch einmal sehen

II) Was sonst noch bei dem obigen Geschirre zu beachten.

Man mag sich eines Geschirres bedienen, welches man will, so ist und bleibt doch immer das erste Gesetz dabei, Reinlichkeit!

Dieß Wort faßt hier viel in sich; weit mehr, als bloß äußern Schmutz zu verhüten: und ich werde daher hoffentlich keine meiner Leserinnen dadurch beleidigen. Nachstehende Erklärung wird dieß deutlich machen.

Fast alle Kindernahrung im ersten Lebensjahre ist von solcher Art, wie sie eine Neigung an sich hat, aus der atmosphärischen Luft den Sauerstoff anzuziehen. Dadurch geht dann eine Trennung der Bestandtheile vor, und das Nahrungsmittel wird sauer. Von der Milch wissen dieß meine Leserinnen längst: aber auch bei der Fleischbrühe, und fast bei allen übrigen ähnlichen Nahrungsmitteln ist es der Fall. Bleibt nun an den Seitenwänden oder auf dem Boden des Geschirres irgend etwas von der sauer gewordenen Flüssigkeit haften: so theilt sie derjenigen Flüssigkeit, welche demnächst wieder in dasselbe Geschirr gegossen wird, wiederum einen großen Hang zur Säure mit, und diese wird nun durch den Zutritt der athmosphärischen Luft um so leichter verdorben.

Diesen Fehler sehe ich öfter in den Kinderstuben begangen, und vorzüglich mit den Milchgeschirren geht man mir lange noch nicht sorgfältig genug um. Ich habe öfter gesehen, daß man ein und ebendasselbe Milchtöpfchen mehrere Tage lang unverändert gebrauchte, und nur immer frische Milch zu dem Reste vom vorigen Tage hinzugoß. Das ist aber ein Fehler, der, so groß er ist, doch eben so leicht vermieden werden kann. Ich habe bereits erinnert (S. 42), daß die Milch für Kinder so frisch als möglich gemolken seyn müsse, am wenigsten über 24 Stunden alt seyn dürfe. Nun darf man ja nur jedesmal, bevor man Töpfchen mit frischer Milch füllt, dasselbe erst wieder auswaschen lassen; so ist der ganze Fehler vermieden.

Und eben so muß ich hier einen Mangel an Sorgfalt in Reinigung der Sauggläser tadeln. Nach jedesmaligem Gebrauche sollte ein solches Glas erst wieder sorgfältig ausgespült werden. Aber das geschieht gemeiniglich nur alle Tage einmal; und das ist doch durchaus zu wenig. Und nun vollends die Schwämm-

chen,

chen, und linnenen Läppchen erfordern eine ungemeine Sorgfalt. Denn in ihnen häufen sich im Kurzen die ölichten Theile der Milch an, und gerade dadurch entsteht am ehsten eine Säure darin, welche dann die Kinder beim Saugen mit einziehen.

Der Nachtheil aber, welche dem Kinde aus einer solchen säuerlich gewordenen Nahrung entsteht, ist nicht gering. Leibschneiden, Erbrechen, Mundsohr (Veß, Mehlhund, Schwämmchen), grüner Durchfall, Blähungskoliken, Herzgespann, sind die gewöhnlichsten Uebel, welche daraus entstehen: und sie enstehen um so leichter, je jünger das Kind ist. Bekommt es aber vollends die säuerliche Nahrung öfter: so entsteht daraus endlich Verdauungsschwäche, Drüsenschwäche, Auszehrung, Dürrsucht, Englische Krankheit, häßlicher Hautausschlag im Gesichte und auf dem Kopfe. Auch die große Neigung zum Wundwerden hat oft bloß in jener fehlerhaften Nahrung ihren Grund. — Die Sache ist also von großer Wichtigkeit.

Um nun auf jede mögliche Art das Sauerwerden zu verhüten, empfehle ich:

1) Man suche das Innere aller Gläser und Töpfe so lange sie irgend eine Flüssigkeit enthalten, möglichst vor dem Zutritte der äußern Luft zu schützen. Die Gläser lasse man also nicht unverkorkt stehen, und die Töpfe nicht ohne sie mit einen passenden Dekkel bedeckt zu haben. Die Schwämmchen und Läppchen zum Saugglase werfe man, unmittelbar nachdem das Kind gesogen hat, in ein Töpfchen voll warmen Seifenwassers. — Hievon ein Mehreres, wenn ich von der künstlichen Auffütterung reden werde.

2) Man versäume nicht, täglich mehreremal, die Geschirre sorgfältig auszuspülen, und auszuwaschen. Jeder Mutter, welche ihr Kind lieb hat, rathe ich, dieß Geschäft keiner Magd zu überlassen, sondern es immer selbst zu besorgen: damit sie ihrer Sache gewiß seyn könne.

Aber bloßes Wasser scheint mir zum Ausspülen oder Auswaschen nicht hinlänglich. Ich habe dazu immer ein schwaches Seifenwasser empfohlen, und empfehle es auch hier.

Die

Die Seife enthält ein Laugensalz, und das Laugensalz verschluckt die Säure: darum scheint es mir hier sehr zweckmäßig. Man nimmt dazu venedische, (spanische, alikantische) Seife, weil diese die reinste und edelste ist. Etwa ein Quentchen auf ein halbes Maß Wasser. Allenfalls könnte man sich auch der gemeinen Hausseife bedienen: nur müßte das mit einem solchen Seifenwasser gereinigte Geschirr dann um desto fleißiger nachgespült werden, weil diese Seife zum innern Gebrauch zu scharf seyn würde. Zu demjenigen Seifenwasser, worin man die Schwämmchen und Läppchen zu den Sauggläsern aufbewahrt, muß aber durchaus venedische Seife genommen, und dasselbe alle Tage frisch bereitet werden.

Ja, sollte überhaupt das Kind von der säuerlich gewordenen Nahrung kränklich geworden seyn, so kann ich es als ein Vortrefliches Mittel empfehlen, ihm täglich nach Verhältniß des Alters einige oder mehrere Eßlöffel voll von einem Seifenwasser zu geben, welches von einem halben Quentchen Seife, und einer Tasse voll Wasser bereitet ist. Das Wasser

ser hiezu muß jedoch möglichst rein seyn, und kann zur Sicherheit noch einmal aufgekocht werden. Sehr schicklich vermischt man mit einem Seifenwasser auch ein Eigelb, und einige Tropfen versüßten Salpetergeistes.

Zwölftes Kapitel.

Wie oft und wann dem Kinde Nahrung gereicht werden soll.

Nächst der Mäßigkeit ist wol nichts mehr geeignet eine gute Gesundheit zu erhalten, als Ordnung in der Lebensart. Jeder Erwachsene, der irgend einer solchen Ordnung getreu bleiben kann, wird bald den außerordentlichen Vortheil davon empfinden. Hauptsächlich aber ist diese Ordnung wol bei einem geschwächten Körper nothwendig. Leider legen nur so manche Verhältnisse des bürgerlichen Lebens der getreuen Befolgung dieser trefflichen Regel bedeutende Hindernisse in den Weg!

Noch weit nothwendiger aber ist eine gewisse Ordnung in der Lebensart überhaupt, und also auch im Essen und Trinken, bei dem Kinde: um so nothwendiger, je jünger das Kind ist. Je jünger es ist, desto leichter empfindet es jeden äußern Eindruck, und desto leichter geräth es von ungewohnten Einflüssen in krankhaften Zustand. Seiner Bedürfnisse aber sind so wenige, daß wenigstens bei dem Säuglinge, außer Nahrung und Schlaf nicht gar viel übrig bleibt. Eine Ordnung hierin zu erhalten ist mit so wenig Schwierigkeiten verbunden, daß es selbst im Anfange nicht sonderliche Unbequemlichkeiten verursacht; in der Folge aber, wenn die Ordnung erst eingeführt ist, vielmehr die Bequemlichkeit sehr befördert. Die Mutter wird also für das Wohl ihres Kindes, und für ihre eigne Bequemlichkeit zugleich nicht besser sorgen, als durch eine gewisse Ordnung, an die sie das Kind gewöhnt. — Und hievon muß ich jetzt ein paar belehrende Worte reden.

Wann das Kind zum erstenmale Nahrung auf dieser Welt erhalten müsse, kann nur von

den

den Umständen abhängen. Wenn die Mutter und das neugeborne Kind gesund, wenn die Brustwarzen im Stande sind, und Milch genug vorhanden ist, so läßt sich nicht einsehen, warum das Kind nicht gleich an demselben Tage, da es geboren ist, angelegt werden solle. Ein anderes ist es, wenn die Mutter bei der Geburt viel gelitten, oder wenn die Warzen nicht im gehörigen Zustande sind, nicht Milch genug vorhanden ist, oder wenn das Kind, vermöge eines Fehlers im Munde (einem zu langen Zungenbändchen, oder gar einer Hasenscharte) nicht saugen kann. In diesen Fällen wäre es freilich theils nicht rathsam, theils unmöglich das Kind bald-möglichst anlegen zu lassen. Schläft ferner das Kind, nachdem es geboren ist, lange und natürlich: so würde es sündlich seyn, diesen Schlaf des kleinen Neu-ankömmlings in einem ihm fremden Lande zu stören. Licht, Luft und Bedekkung wirkten ihm unbehaglich auf seinen deß ungewohnten Körper: sollte es verantwortlich seyn können, ihn nicht ruhen zu lassen von dem ersten Vorschmakke der Mühseligkeiten des Lebens? — Erwacht er nun aber von neuem,

 die

die Klage seiner Unbehaglichkeit anzustimmen, und ist dann die Mutter noch nicht im Stande ihm die Brust zu reichen, oder darf es noch nicht; dann reiche man dem kleinen Ankömmlinge ein wenig süße Molke.

In der ersten und zweiten Woche nach der Geburt, ja vielleicht den größten Theil des ersten Monats hindurch, tritt das Bedürfniß der Nahrung öfterer bei dem Kinde ein. Sein kleiner Magen kann noch zu wenig fassen, um den Körper auf längere Zeit versorgen zu können. Aus diesem Grunde muß es in dieser Zeit zwar geringe Portionen, aber diese auch desto öfter bekommen. Wie oft es des Tages oder die Nacht hindurch angelegt werden, oder wie oft ihm sonst zu trinken gegeben werden müsse, ist durchaus unbestimmt. So oft es erwacht, schreiet, und beruhigt wird, wenn es die Brustwarze zwischen den Lippen hat, so oft bekomme es Nahrung: dieß ist das untrüglichste Kennzeichen. Von dem öftern Anlegen kann die Mutter in dieser Zeit auch nicht viel Unbequemlichkeiten haben, da sie sich ohnehin noch im Zimmer hal=

halten muß, wenigstens sich doch noch nicht lange daraus entfernen darf.

Von der dritten oder vierten Woche an aber müssen die Zwischenzeiten, da das Kind Nahrung bekommt, allmählig und immer mehr und mehr etwas verlängert, und muß zugleich an der Quantität der Nahrung etwas zugelegt werden. Das Kind bekomme also von nun an zwar seltener, aber reichlicher, als vorher, von seiner Nahrung. Nach-gerade kann man es nicht nur mit seiner Nahrung, sondern auch mit seiner ganzen übrigen Lebensart an gewisse Stunden gewöhnen; so daß es zu gewissen Stunden ißt, schläft, wacht rc. Dem Kinde wird dieß, wie gesagt, sehr zur Gesundheit, und der Mutter zur großen Bequemlichkeit gereichen.

Da der Zwischenraum der Stunden allmählig zunehmen muß: so läßt sich über seine Dauer nicht wohl etwas Gewisses bestimmen. Bei einem Kinde von 3 — 4 Monaten könnten etwa schon 3 Stunden Zwischenraum seyn. Jedoch muß hiebei auch auf den Gesundheits-

zustand der Kinder Rücksicht genommen werden. Kränkliche, vorzüglich an Verdauungsschwäche leidende Kinder sollten billig lieber kleinere Portionen und öfter, als größere und selten bekommen: denn durch die letztern würde der Magen auf einmal zu sehr ausgedehnt, und in zu langen Zwischenzeiten würde er, wenn das vorige verdauet wäre, dann unbeschäftigt seyn.

Hauptsächlich bemühe sich jede Mutter, ihr Kind so zu gewöhnen, daß es durchaus des Nachts nicht trinkt. Ich beziehe diese Regel nicht auf den ersten Monat: denn hier würde das Kind Schaden nehmen, wenn es so lange nicht trinken sollte. Aber schon etwa von der Mitte des zweiten Monats an, werde das Kind allmählig gewöhnt, des Nachts nicht zu trinken. Bei einer solchen allmähligen Entwöhnung wird die Mutter nicht viel Mühe davon haben. Und gesetzt auch, das Kind schriee anfangs ein wenig: so ist es doch besser es schreien zu lassen, als es bei der alten Gewohnheit zu erhalten. Es hört auch

bald

bald auf zu schreien: denn ein Kind ist leicht zu gewöhnen. Und ist es nun erst einmal so gewöhnt, so wird nicht nur seine Gesundheit dabei gewinnen, sondern auch die der Mutter, welche durch vieles Nachtwachen sehr geschwächt werden würde.

Noch muß ich hier die tadelnswerthe Gewohnheit vieler Mütter (und noch mehr der Säugammen) rügen, das Schreien des Kindes für Zeichen seines Durstes zu nehmen. Allerdings kann das Schreien ein solches Zeichen seyn, und bei gehöriger Aufmerksamkeit der sicherste Maaßstab werden, wonach dem Kinde an der Nahrung zugelegt werden muß. Allein eben so oft kann es auch als Krankheitszeichen genommen werden müssen. Das Schreien ist die einzige Sprache, womit uns das Kind seine unangenehmen Empfindungen andeuten kann. Nur dann kann es als Kennzeichen des Hungers gelten, wenn das Kind mit sichtbarer, ununterbrochener Begierde trinkt, dadurch beruhigt wird, und weder Hitze der Haut, noch heißen Athem hat.

Schreiet aber das Kind auch nachdem es genug getrunken hat, um gesättigt seyn zu können, dennoch immerfort, läßt es oft die Warze fahren, und schreiet dann und strampelt mit den Beinen, hat es dabei heißen Athem oder Hitze der Haut: so ist das Schreien Zeichen eines krankhaften Zustandes, und es muß unvorzüglich ein geschickter Kinder-arzt hinzugerufen werden.

Dreizehntes Kapitel.

Von dem Zufüttern.

Schon oben (S. 9. u. f.) habe ich gesagt, daß und warum ich es für rathsam halte, auch solche Kinder, welche aus der Mutterbrust Nahrung vollauf bekommen, dennoch nebenbei an ein anderes Nahrungsmittel zu gewöhnen. Auch habe ich bereits gesagt, unter welchen Umständen das frühe Zufüttern nothwendig ist. Und endlich habe ich nun auch bereits die Nahrungsmittel angezeigt, womit das Kind zugefüttert werden soll. Es blei-

bleiben mir also nun nur noch einige allgemeine Regeln über.

Die etwanige Quantität des nebenbei zu gebenden Nahrungsmittels habe ich zwar ebenfalls bereits angeführt; allein ganz genau läßt sich dieß doch nicht bestimmen, sondern es muß sich danach richten, ob das Kind viel oder wenig Muttermilch bekommt. Bekommt es so viel Muttermilch, daß es daran allein genug hätte; so muß es nur einmal zugefüttert werden. Je weniger Muttermilch aber, desto mehr muß es zugefüttert werden.

Auch der Wachsthum des Kindes kommt hiebei in Betracht; und ein Kind, welches schnell und stark wächst, bedarf natürlicherweise auch um so mehr Nahrung, als ein solches, welches bei übrigens guter Gesundheit dennoch nicht so schnell wächst.

Eine gewisse Ordnung ist auch hier nothwendig; und ich rathe jeder Mutter, ihr Kind so zu gewöhnen, daß es zu gewissen Stunden des Tages die zugefütterte Nahrung be=

bekomme, und zu gewissen Stunden die Brust sauge.

Alles, was dem Kinde zugefüttert wird, sey milchwarm. Was irgend kühl ist, kann um so eher Koliken und Leibschmerzen verursachen, je jünger das Kind ist.

Was nun endlich die künstliche Auffütterung, ohne alle Mutter- oder Ammenmilch betrifft: so würde der Umfang dieses Bändchens zu sehr erweitert worden seyn, wenn ich davon hier ausführlich hätte reden wollen. Der Gegenstand ist zu wichtig, um kurz abgehandelt werden zu dürfen: er verdient eine eigne Abhandlung. Und diese werde ich in der Folge einmal liefern.

Anhang.

Von den Kindersäftchen.

Gelegentlich doch nun auch ein Wort von dem leider noch in den meisten Kinderstuben üblichen Gebrauche der Kindersäftchen, welche zur Ausleerung des Kindspeches bei Neugebornen für nothwendig gehalten werden.

Daß die Kindersäftchen (Rhabarber= oder Manna=saft) völlig überflüssig sind, davon wird uns ein Blick in die Natur leicht überzeugen können. Wer gibt den Thieren Säftchen? Und dennoch werden sie den Unrath los. Wer gab unsern Urvätern Säftchen? Und doch wurden sie gesund und stark, stärker als wir uns rühmen können. Wer gibt manchem gesunden Bauerkinde Säftchen? Und doch wird es sein Kindspech los, und befindet sich sehr wohl. Man wird sagen: eben deßhalb, weil unser Geschlecht nicht so stark mehr ist, eben deßhalb muß ihm gleich anfangs die Kunst zu Hülfe kommen. Unser Geschlecht

schon so schwach, daß selbst bei dem neugebornen Kinde, unsere Superklugheit gleich anfangs sich aus Barmherzigkeit drein mischen müßte? Nein, Freund! du lästerst die allmächtige Natur, und dein Geschlecht. Wohl will ich dir's zugestehen, unser Geschlecht sey schwächer als es einst war: aber wird es das nicht erst durch fehlerhafte spätere Erziehung? Sollte das neugeborne Kind, vom Augenblikke seiner Geburt an, und unausgesetzt zweckmäßig behandelt, sollte es dann nicht einst zu einem starken gesunden Menschen heranwachsen? Die Erfahrung beweist es. Eben unsere Künsteleien sind es, wodurch wir nur zu oft Alles verderben. Die Lunge des neugebornen Kindes athmen zu machen, bedarf es dazu eines erkünstelten andern Reizes, als den der Luft? Wer findet ein Säftchen nöthig um die ausduftenden Drüsen, in der Luftröhre, oder sonst am Körper, in Thätigkeit zu setzen? Wer findet ein Säftchen nöthig, um dadurch die Urinblase vor einer chimärisch gefürchteten Unthätigkeit bewahren zu wollen? Die Sehkraft des Auges zu wekken: bedarf es dazu etwas anders als des Lichts? Wer unterrichtet das

Kind

Kind in der künstlichen Operation des Saugens und Verschlingens der Milch? Diese Fragen ließen sich sehr weit fortführen, und bei jeder derselben würde die Thorheit unserer Vorfahren, allen Neugebornen Kindersäftchen zu verordnen, in ihrer ganzen Blöße vorschweben; jede Mutter würde noch um so öfter sich die Frage wiederholen müssen: Und warum denn gerade den Magen und Darmkanal vor der Zeit mit Arzeneien belästigen?

Unnöthig sind also die Kindersäftchen überhaupt: aber noch um so viel unnöthiger sind sie, wenn die Mutter das Kind selbst stillt. Hier bekommt es schon in der ersten warmen Muttermilch das trefflichste Mittel, seinen Darmkanal in Bewegung zu setzen, und weiter bedarf es dazu nichts. Dasselbe können wir durch warme süße Molke nachahmen, wenn wir uns in die Nothwendigkeit versetzt sehen, dem Kinde andere Nahrung geben zu müssen.

Doch, wären die Kindersäftchen bloß unnöthig, so mögten sie noch hingehen: aber sie

sind

sind auch gefährlich, und können großen Schaden anrichten. Jedes Abführungsmittel schwächt nicht nur den Magen und Darmkanal, sondern auch den ganzen übrigen Körper, indem es ihm viel Säfte, also einen nothwendigen Lebensreiz entzieht. Und der Darmkanal des neugebornen Kindes, der noch keine Anstrengung gewohnt ist, soll nun schon gewaltsam dazu angereizt, seinem der Säfte so bedürftigen Körper soll von diesen entzogen werden? Unmöglich kann das immer gut gehen: und wenn das Kind irgend einen verborgenen Keim zu Schwäche mit auf die Welt gebracht hat, so muß er eben hiedurch seine erste Ausbildung erhalten. Wer irgend weiß, wie leicht die Eingeweide des Unterleibes bei dem Kinde leiden, wie bald sich das Uebel dann oft über den ganzen Körper verbreite; der wird die Gefahr, welche mit dem Gebrauche der Kindersäftchen verbunden ist, noch um so bestimmter erkennen. Gleich einem Schwerdte an einem Pferdehaare hängend, schwebt sie über dem Kinde: und vielleicht ist es oft nur der Zufall, der des Kindes Schild wird.

„Ja, aber wenn nun der Darmkanal des Kindes sich zur Leibesöffnung zu träge bezeigt: was dann?“ Eben dann ist der Laxirsaft schädlich: denn hier liegt ohnehin schon Unthätigkeit und Schwäche zum Grunde. Der Laxirsaft hilft nur für die Zeit seiner Wirkung, aber im Grunde verschlimmert er das Uebel. Den Unterleib und Rükken des Kindes beständig warm genug zu halten, ihn zu diesem Ende mit weicher, gerupfter Baumwolle zu bedekken, oft mit erwärmter flacher Hand, oder mit weichem seidnen Tuche in der Wärme zu reiben, durchaus keine Milch zu geben, sondern nur süße Molke, und alles warm: hiedurch allein kann eine gründliche Heilung der Unthätigkeit des Darmkanales bewirkt werden. Droht die Leibesverstopfung einen ganzen Tag anzuhalten (was bei zweckmäßiger Behandlung fast nie der Fall seyn wird): so muß ungesäumt ein vernünftiger, gewissenhafter, und in Kinderkrankheiten erfahrner Arzt zugezogen werden.

„Aber wenn nun das Kind von der Verhaltung des Kindspechs Leibschneiden bekommt?

kommt?" Von der Verhaltung des Kindspeches, welches schon mehrere Tage zuvor ihm im Leibe steckte, ohne Leibschmerzen zu erregen, wird es nicht plötzliche Leibschmerzen bekommen können. Leibschmerzen bekommt es von einem Krampfe der Gedärme; und eben durch diesen Krampf wird gewiß die Ausleerung des Kindspeches oft verhindert. Krampf aber beruhet auf Schwäche, und Schwäche wird durch Abführungen vermehrt: folglich dienen die Abführungen dem Kinde nicht bei Leibschneiden. Oefter ein paar Theelöffelchen voll warmen Chamillenthee, mit süßer Molke eingeflößt, ist das beste, was in einem solchen Falle gegeben werden kann. Nebst Warmhalten; vorzüglich des Unterleibes und Rükkens.

Also kein Kindersäftchen wieder, ihr guten Mütter! Am wenigsten, wenn vielleicht ihr selbst an schwacher Verdauung leidet!

BSB Bayerische StaatsBibliothek
MDZ Münchener DigitalisierungsZentrum Digitale Bibliothek

Sternberg, Johann Heinrich

Ueber die Ernährung der Kinder in den ersten beiden Lebensjahren zur Belehrung für Mütter, denen das Wohl ihrer Kinder aufrichtig am Herzen liegt

Hamburg 1802

Regensburg, Staatliche Bibliothek -- 999/Med.854
urn:nbn:de:bvb:12-bsb11106816-7